

De Inlooper

Maandblad van Inloophuis Emmen

Lente

voorjaars zonnetje

Voorjaarskriebels

I-shirts en ballerina's

BLOEMETJES

VOGELTJES FLUITEN

Koeien dansen in de wei

Schone was buiten hangen

vanmarie.nl

Mei 2017

Dit is een uitgave van:
Het Inloophuis de Emmerdennen
Boslaan 135, 7822 EP Emmen. **Tel.: 088-8789628**
Internetplekje : www.inloophuisemmen.nl
Aan dit nummer werkten mee: Team Inloop, Tinus, Peter,
Paul v.d. S, Frieda R en Henk S.
Eindredactie: Henk Staats.
Stukjes voor de Inlooper graag sturen naar h.staats@home.nl

Hallo allemaal

Alweer 10 april en het 5^{de} nummer van 2017 is bijna af. De tijd gaat weer snel en voordat we het doorhebben zitten we midden in de zomer en gaan we weer naar de herfst toe. Gisteren bijna 20 graden en het weer wordt steeds mooier. Het eerste blad zit alweer aan de bomen en de vogeltjes doen ook weer hun best. Nog even en het is volop lente met alle leuke dingen die de lente met zich mee brengt.

Even iets anders. De afgelopen jaren werd door een werkgroep getiteld 'wij doen het samen' verschillende leuke activiteiten georganiseerd in de Cluft in Angelslo. De werkgroep bestaande uit mensen van GGZ Drenthe, het inloophuis en VNN is op zoek naar nieuwe leden. Heb je ook zin en tijd om mee te doen en om iets leuks te organiseren voor de mensen van deze organisaties. Meld je aan. Meer info bij Gini. Op **8 juni** komt de Brabander Henk Driessen naar Emmen voor een lezing. Deze gaat over zijn leven met schizofrenie en meer. Meer info binnenkort op onze website en in het inloophuis. Je bent welkom!!

Activiteiten en er is naast de dagelijkse maaltijd weer genoeg te doen in het inloophuis. Naast de wekelijkse volleybalavond en de maandelijkse activiteiten gaan we in mei weer bowlen en is er een uitstapje naar de meyertwerf en nog veel meer. Kijk voor een volledig overzicht op het prikbord in het inloophuis. Iedere eerste maandag van de maand is er een vergadering van de activiteitencommissie en je bent welkom om mee te praten en om mee te beslissen.

Het mei nummer en weer voor elk wat wils. De moppentrommel ontbreekt natuurlijk niet en Frieda en Paal v.d. S vullen samen weer 5 pagina's Zelf vul ik ook weer een pagina of 4 met oude en nieuwe stukjes. De vaste pagina's ontbreken natuurlijk ook niet en zo is het weer gelukt om 26 pagina's te vullen. Ook zin en tijd om iets in te leveren? Het mag zelfgeschreven of een stukje zijn wat je hebt gelezen en wat je met ons wilt delen. Bijna alles kan. Bij twijfel kun je me altijd vragen. De stukjes voor het juni nummer moeten binnen zijn op zondag 7 mei.

Henk S

Inhoudsopgave

	Paginnummer
Voor wie is het inloophuis	4
Huisregels	5
Als de aarde stopt met draaien	6
Lentekriebels	7
Frieda's ditjes en datjes	8
Van harte gefeliciteerd	10
Uitslagen	10
Zingevingfestival	11
Klimaat en verandering	12
Anti-stress tips	13
Minder eco of meer ego	15
Moppentrommel	16
De tijdlijn van het leven	17
Het hart van de oude man	18
Rubriek Paul v.d. S	19
Twee gedichten	22
Menu van de maand	23
Agenda mei	24
Menulijst	26

Voor wie is het Inloophuis ?

Het Inloophuis is een vrijetijdsvoorziening van Promens-Care.

*Het Inloophuis is van oorsprong voor mensen met psychische en psychiatrische problematiek die op zoek zijn naar activiteiten in hun vrije tijd, die passen bij hun interesse en mogelijkheden. **Ook anderen die een steuntje in de rug nodig hebben, zijn van harte welkom***

Het Inloophuis in Emmen biedt u de gelegenheid om vrijblijvend en in een ongedwongen en huiselijke sfeer een kopje koffie te nuttigen. Ook biedt het gezelligheid, en kun je er andere mensen ontmoeten

*Iedere dag van maandag tot en met vrijdag kan er deelgenomen worden aan het **eetcafé**. Dat wil zeggen dat u dagelijks tegen een minimale vergoeding van € 3,00 een warme maaltijd kunt gebruiken. Deze maaltijd bestaat uit een hoofdgerecht, een toetje en een kop koffie. Tijdstip van het eetcafé: 17.00 uur. Een ieder die mee-eet krijgt een taak. Dit kan variëren van tafel dekken tot koffie zetten of tuinstoelen binnenzetten.*

*Bij de taak wordt rekening gehouden met de (on) mogelijkheden van een ieder. Opgave vooraf is nodig, **voor 13.00 diezelfde middag. Op dinsdag is het eetcafé om 16.30 uur !***

*Verder bestaat er de mogelijkheid om te komen **lunchen**. Dat kan iedere dag van maandag tot en met vrijdag tussen 11.00 – 13.00 uur. Er is een kleine kaart waaruit gekozen kan worden. Met op woensdag frituur, vrijdag een broodje haring, elke dag een broodje gezond en een soep van de dag !! Probeer ook eens de uitsmijter Inloop en onze heerlijke tosti's*

*Er staan vier computers in de **computerhoek**. Met alle vier kun je op internet. Internetten is gratis. Ook voor bijvoorbeeld tekstverwerking kun je hier terecht. Ook kun je tegen kostprijs een printje maken !!!*

*Maandag tot en met vrijdagmiddag van 13.00 tot 16.00 uur. Donderdag van 19.00 tot 21.00 uur en zondag om de veertien dagen van 13.30 tot 16.00 uur is er **Inloop**. Tijd voor een praatje en een kop koffie. Ook worden er regelmatig tijdens deze uren activiteiten georganiseerd.*

Ook bestaat er de mogelijkheid om een taak te doen binnen het Inloophuis. Dit kan koken zijn of het lunchcafé of bardiensten draaien. Dit is niet vrijblijvend en het nakomen van afspraken is dan belangrijk. Informeer naar de mogelijkheden !!

Het inloophuis is vrijblijvend dus je bent niet verplicht te komen en je mag op tijden die jouw het beste uitkomen binnen komen !!

Er worden verder verschillende activiteiten georganiseerd. Zingen op de woensdagmiddag, Darten en sjoelen op de vrijdagmiddag en 1 keer in de week volleyballen. Ook is er een activiteitencommissie die activiteiten organiseert

Wilt u meer informatie of wilt u eens langskomen dan bent u, eventueel samen met een vriend, verwijzer of persoonlijk begeleider gedurende de openingstijden van harte welkom.

We hanteren lage prijzen zodat het ook voor mensen met een kleine beurs te betalen is en we werken zoveel mogelijk met verse producten !!

Graag tot ziens in het Inloophuis.

Openingstijden:

Maandag tot en met vrijdag

11.00 – 13.00 uur Lunchcafé

13.00 – 16.00 uur Inloop

16.00 – 18.30 uur Eetcafé

Donderdag tot 21.00 uur geopend

Zondag om de 14 dagen tussen 13.30 en 16.00 uur geopend

De huisregels !!

1. Het gebruik van alcohol en drugs is niet toegestaan!!
2. De toegang tot het inloophuis wordt geweigerd als men onder invloed van alcohol en drugs is.
3. Als de begeleiding drank- of drugsgebruik vermoed wordt de toegang geweigerd.
4. Verbale en/of fysieke agressie is niet toegestaan
5. Seksuele intimidatie in woord en gedrag is niet toegestaan
6. Heb respect voor elkaar
7. Vernieling en diefstal is verboden
8. In principe wordt er niet over medicijnen en psychiatrische ziektebeelden gepraat.
9. Zonder toestemming is het niet toegestaan achter de bar te komen

Als de Aarde stopt met draaien..

Wist je dat als de Aarde stopt met draaien (als dit mogelijk zou zijn) er een aantal bijzondere (en gevaarlijke) gevolgen zijn?

De Aarde draait bij de Evenaar met bijna 1800 km/uur om haar as. Dit draaien houdt een heleboel processen op Aarde in evenwicht.

Als de Aarde steeds langzamer zou gaan draaien en uiteindelijk zou stoppen met draaien, wat vermoedelijk **alleen in theorie mogelijk** is of miljoenen jaren in de toekomst (Dagen steeds langer), dan zou dit grote gevolgen hebben.

5 maanden lang nacht

Een dag zou een jaar duren. Het 24 uren dag/nacht ritme van de Aarde wordt veroorzaakt door het om haar eigen as van de Aarde. Als de Aarde langzamer gaat draaien, worden de dagen en de nachten langer. Hierdoor zal op een bepaald moment het dag/nacht ritme bijvoorbeeld een week duren, waardoor het in de zomer in Nederland 2 tot 3 dagen donker is en 4 tot 5 dagen licht. Als de Aarde helemaal stopt met draaien is er dag/nacht ritme meer. Alleen de rotatie om de zon heeft dan nog invloed op het dag / nacht ritme. Dit betekent dat het dag nacht ritme een jaar duurt en het 5 maanden lang donker is, en het daarna 1 maand schemert, waarna het 5 maanden licht is en daarna weer 1 maand schemert.

Oceanen

vallen

droog

De zwaartekracht is op de beide polen het sterkst. Het water in de Oceanen wordt op zijn "plaats" gehouden door de centrifugaalkracht van het draaien van de Aarde. Als de Aarde stopt met draaien, zullen de Oceanen naar de Polen getrokken worden en zal er ter hoogte van de Evenaar een brede strook Oceaan droog vallen. De Noordelijke delen van Amerika, Europa en Azië zullen onder water komen te staan. Alleen in grote baaien, zoals de Golf van Mexico, die door ruggen worden ingesloten, blijft water staan.

Groot deel Aarde niet meer leefbaar

Ook de atmosfeer wordt naar de Polen getrokken, waardoor de brede strook rond de Evenaar een levensgevaarlijk gebied wordt, dat niet beschermd wordt door de Atmosfeer. Met de atmosfeer worden de zuurstof en de beschermende lagen naar de Polen getrokken, waardoor je niet meer kan ademen en niet meer beschermd bent tegen dodelijke straling van de Zon.

Aardbevingen

Door het afremmen van de rotatie van de Aarde zelf, remmen uiteraard ook de verschillende aardlagen af. Dit levert veel wrijving in de aardkorst op, waardoor veel en zeer zware aardbevingen ontstaan, ook op plaatsen waar ze nooit voor komen.

Bron: <http://weetjes.digidienet>

Lentekriebels

Midden vorige maand en de lente nadert en krijg steeds meer zin in zon en warmer weer. Nog geen tijd om de winterjas op te bergen en heel langzaam blijft het in de avond langer licht. 20 maart was het zover en het begin van de lente. Leren en je leert dan dat de lente op 21 maart officieel begint. De weerkundigen vinden dit weer lastig en die maken er 1 maart van. De astronomische lente begint op de dag dat het even lang licht en donker is en daarna blijft het steeds langer licht. Opbouwen naar de langste dag en na het begin van de zomer minder en minder licht. Het begin van de herfst en licht en donker zijn weer in evenwicht. En hierna worden de dagen weer korter en dit duurt gelukkig nog even.

Eerst de lente en vorige week 20 graden dagen. De tuinstoel staat voor het huis en de warmte van de zonnestrallen tot me nemen. Een paar struiken en de musjes scharelen wat rond. Afgelopen weekend een boswandeling en je hoort de hele wandeling de vogels en meer ook niet. Zonnestrallen en de kracht van die zonnestrallen en de winterjas kan uit. Inmiddels ook mijn eerste ijsje al genuttigd.

In mei leggen alle vogels een ei en vaak is dit nu iets eerder. De seizoenen en jonge dieren en ik denk ook even aan de lammetjes. Afgelopen zondag op een kinderboerderij en de lammetjes waren er al. Ook afgelopen weekend bij een schaapskooi en de vele lammetjes vallen op. De geboorte en de seizoenen en bij de mens is dit anders en ze doen niet aan seizoenen en zo worden er het hele jaar door mensen geboren. Zelf in januari jarig dus in de lente verwekt. Ook een reden om te houden van de lente.

De bomen en ruststand en nog even en de bladeren zitten weer aan de bomen. Zag de eerste voortekenen al en als het zo doorgaat met de temperatuur is in mei alles weer groen. De gele narcissen die overal bloeien. Ook een teken van beter weer en het gras is ook al weer voor de eerste keer gemaaid.

Mensen en werk en veel seizoensgebonden werk is er niet meer. Een beetje op het land en de boeren en ze hebben het in de lente ook wat drukker dan anders. Zaaien en het land voorbereiden en bemesten. Soms mogen de koeien weer van stal en de melk oftewel de kwaliteit van de melk kan iets veranderen door het vele gras dat ze opeens gaan eten.

Zomertijd en aan het eind van maart ging de klok vooruit. Een uurtje korter slapen en in de avond meer licht. Kan in de avond weer naar buiten. Genieten van het licht en de warmte. Je ziet de mensen die vaak chagrijnig kijken opeens weer lachen en genieten. De buitenactiviteiten natuurlijk en afgelopen zondag de 4 mijl en mooi weer en de terrassen zaten vol. Klimaatverandering en nieuwe records en steeds eerder de eerste warme dagen en wat is normaal. We kunnen ook weer met onze kleinzoon naar buiten en stoeien en voetballen.

De jaargetijden en zoals jullie kunnen weten ben ik wel fan van het Nederlandse klimaat en de jaargetijden en zin hebben en ik heb weer zin in de lente !! En ik kan me al verheugen op de zomer maar eerst de lente natuurlijk!!

Henk S

Frieda's ditjes en datjes

Het voordeel van kringloopwinkels is dat ze er leuke, soms onverwachte of zelfs gezochte spullen hebben. Tevens is het een mooie jachtgrond voor mijn verloofde die van boeken houdt, al varieert kennelijk het aanbod, de prijs en de kwaliteit flink van winkel tot winkel. Naast het nadeel van meer nieuwe boeken, al is die term wat raar bij de meestal (zeer) oudere boeken is er nog een voordeel. Ik krijg zo ook wel eens verrassende cadeaus zoals boeken. Toen ik samen met Linda K. van het Inloophuis in Nemo in Amsterdam was, deed hij een rondje kringloopwinkels in Almere. Dus nog niet eens zo ver er vandaan. Bij een vond hij iets wat eigenlijk oorspronkelijk een tv programma is. Misschien kennen de meesten van jullie het wel, het is *Wie Weet Waar Willem Wever Woont?* Willem Wever kort gezegd. Dat is een programma waar (met name) kinderen vragen stellen over van alles en nog wat, vaak verklaringen van zaken. Soms bizar, soms alledaags, soms diep nagedacht.

Eigenlijk was het niet een oorspronkelijk TV-programma, want Willem Wever is eigenlijk een radioprogramma uit de jaren 70 met vooral presentator Gerard van den Berg. Hij was met name bekend van de quiz *Zo vader, Zo zoon*. Daarbij moest een panel van meestal bekende Nederlanders raden welke zoon/dochter bij welke moeder/vader hoorde. Soms waren de kandidaten ook bekende Nederlanders. In de jaren 90 presenteerde eerst Jochem van Gelder de versie op TV. Andere presentatoren waren onder andere Kasper van Kooten en Jetske van den Elsen. El Miloudi en Tilne doen nu de presentatie. Het is een informatief programma met het liefst een deskundige die het visueel kan uitleggen, bijvoorbeeld met proefjes.

Nu blijkt er naast ook nog een website, ook boeken te bestaan. Dat was een cadeau die ik zomaar kreeg. Heel toepasselijk nu ik zonder inspiratie voor mijn rubrieken zat. In die boeken staan namelijk heel leuke vragen die interessant zijn om beantwoord te zien. Hieronder volgt een selectie van de opmerkelijkste en interessantste vragen. Die komen uit het boek *Wie Weet Waar Willem Wever Woont?* deel 2. Het betreft vragen uit begin jaren 90 aan het programma.

- 1. Blaren.** *Moet je een blaar nu wel of niet doorprikken?* De heer Bouw uit Maastricht, deskundige huisarts dokter Bosch. Antwoord: Een blaar ontstaat door wrijving of schuiven. Dit kan onder andere door een verkeerd zittende sok. Hierdoor komt lymfevocht onder de huid = blaar ontstaan. Door de blaar lek te prikken en er genoeg pleisters gelaagd op te doen verdwijnt het vocht en kun je relatief zonder problemen verder lopen.
- 2. Boterham.** *Waar komt het woord boterham vandaan?* Mevrouw Feyth uit Zeist, deskundige de heer Moerdijk. Antwoord: Er is daar geen eensgezinde verklaring voor. Er zijn meerdere theorieën. Boter betekent volgens taalkundigen, dat staat wel vast, beboterd. Ham heeft in elk geval niets van doen met het broodbeleg ham.

Meest waarschijnlijke theorie is het oude woord boter-am als in samenvoeging van boter en ram, dat staat dan weer voor remmel of rammel. De benaming vroeger voor een dikke snee brood. Een andere theorie is vergelijkbaar, maar de verklaring zit dan in de Vlaamse taal. Een geroosterd broodje is een rammeke. Misschien is een beboterd rammeke de voorloper van boterham.

3. Graal. *In veel boeken en films wordt gesproken over de „Graal”. Wat is dat eigenlijk?* Bob Stroek uit Hummelo, deskundige docent Frank Brandsma. Antwoord: Volgens documenten uit de middeleeuwen is de graal de schaal waarin het bloed van Christus werd opgevangen na de kruisiging: een symbool voor de goddelijke genade. Tevens zou de schaal gebruikt zijn tijdens het laatste avondmaal en weer een andere betekenis is een genezende schaal. De graal is niet een term in de bijbel.

4. Slavink. *Hoe komt de slavink aan zijn naam?* Mevrouw Berger uit Dordrecht, deskundige stafmedewerker pr slagorganisatie Karin Rademakers. Antwoord: In de jaren 30 van de 20e eeuw ontstond de voorloper van de slavink, de blinde vink. Het was een dun lapje kalfsvlees, gevuld met toeberaid kalfsvlees. Omdat het gehakt aan de buitenkant niet meer zichtbaar was, noemde men het een blinde vink. De slavink ontstaat in 1952. Een slager genaamd Jaap Boerwinkel kreeg direct na de Paasdagen onverwacht eters. Hij had in zijn koelkast alleen maar restjes varkensvlees en ontbijtspek. Hij rolde een balletje van het tot gehakt geslagen varkensvlees en omwikkeld door de ontbijtspek. Een naam bedacht hij niet. Een Larense slager noemde het later slavink, omdat het stukje vlees heel erg leek op hoe de blinde vink er uit ziet. Hij had daarbovenop gehoord dat de familie Boerwinkel er sla bij had gegeten.

5. Vierlandenpunt. *Klopt het dat het drielandenpunt bij Vaals ooit een vierlandenpunt is geweest?* De heer Wessels uit Amsterdam, deskundige voorlichter ministerie van Verkeer en Waterstaat José van de Wou. Antwoord: Het drielandenpunt is inderdaad een korte tijd een vierlandenpunt geweest. Toen de val van Napoleon was geweest werd in 1814 het Congres van Wenen gehouden. Staatshoofden en vorsten uit Europa gingen om tafel zitten om Europa te herverdelen. Nederland en het toenmalige Pruisen konden het niet eens worden over Moresnet, een klein gebied aan de staart van Limburg. Daar was een kostbare ertsmijn. Besloten werd om van dit hier een zelfstandig staatje te maken. Met als naam Neutraal Moresnet. Toen tussen 1830 en 1839 België ontstond, werd het drielandenpunt een vierlandenpunt. België was immers uit Nederland ontstaan. Dit punt heeft 80 jaar bestaan, na de Eerste Wereldoorlog, de mijn was uitgeput, werd Moresnet aan België cadeau gegeven. Dus sindsdien een drielandenpunt. Moresnet bestaat nog steeds en is een dorpje. De weg door Vaals naar het punt heet de Viergrenzenweg.

Frieda R.

Van harte gefeliciteerd!!

6 mei Hans W
7 mei Marcel K
8 mei Jan M
8 mei Marleen
9 mei Marjoke
10 mei Gerke
14 mei Jos S
17 mei Ad F
21 mei Vivian
28 mei Gini
31 mei Clara

Uitslag klaverjassen 16 april

1.	Derk	2478 punten
2.	Marcel	2323 punten
3.	Wietse	2086 punten
4.	Henk S	1930 punten
5.	Tinus	1789 punten

Uitslag Bowlen april 2017

1.	Marco	200 punten
2.	Paul F	196 punten
3.	Henk S	185 punten
4.	Sisca	161 punten

Zingevingfestival

Het Zingevingfestival wordt jaarlijks georganiseerd voor cliënten van GGZ Drenthe, Verslavingszorg Noord Nederland en Promens Care en hun naasten met als doel het aanbieden van een ontspannen dag waar inspiratie kan worden opgedaan voor de zingeving van ieders bestaan. Concreet betekent dit dat (ex)-cliënten doorlopend kunnen deelnemen aan creatieve kijk-, doe- en luisteractiviteiten op het gebied van onder andere theater en muziek. Daarnaast is er gelegenheid voor inspanning, ontspanning, reflectie en bezinning in de vorm van workshops.

Het thema in 2017 is: '**Schitteren**'.

Dit thema vormt het uitgangspunt van het festival en komt terug in de meeste activiteiten die georganiseerd worden. De activiteiten zijn onderverdeeld in de volgende categorieën:

- Muziek
- Theater
- Creativiteit
- Verhalen
- Stilte
- Herstel
- Ervaringsdeskundigheid
- Sport
- Mooimakerij

Het festival vindt plaats op **dinsdag 20 juni 2017** van 10.00 tot 16.00 uur op landgoed Nieuw Allardsoog in Bakkeveen. **Gratis busvervoer mogelijk.**

Aanmelden kan via de website www.zingevingfestival.nl Je kunt in het inloophuis hulp krijgen bij het aanmelden!!

Ook voor meer info kun je terecht op deze website

Klimaat en verandering

Het klimaat verandert. Beetje bij beetje wordt het iets warmer en veel mensen maken zich zorgen. Wat gebeurt er als wereldwijd de temperatuur met meer dan twee graden stijgt en hoe merken we dit.

Vandaag halen we de 22 graden en dat is voor 31 maart een nieuw record. En zo wordt het steeds vroeger warm.

De schuld van de mens en het gevolg van steeds maar meer en meer willen of het is gewoon de natuur en zo eens in de zoveel eeuwen verandert het klimaat en dan is er geen sprake van schuld. De mens die steeds meer vraagt van de natuur en nooit genoeg heeft. De olie en het gas en de vele energie die we in deze tijd nodig hebben. Kunstmatige energie opgewekt door machines en geleverd door de fossiele brandstoffen. En de windmolen en de zonnepanelen rukken op. Meer en meer mensen die moeten eten en drinken en meer koeien, kippen en varkens en meer aardappel en andere plantaardige produkten. Volgens sommigen heeft al dat meer en meer nagenoeg geen effect op de opwarming van de aarde en is de invloed van de mens nihil als het gaat om het klimaat. Zag laatst een reportage over een ontzettend grote Chinese stad met meer dan 1 miljoen inwoners en dat brengt natuurlijk veel auto en veel verwarming met zich mee. De smog is constant aanwezig en de zon en blauwe lucht ziet men niet meer. Tja dan vind ik het moeilijk te geloven dat de mens geen invloed heeft.

Vorig jaar in Parijs een klimaatconferentie en veel landen beloven o.a. om de co2 productie terug te brengen en zich te gaan gedragen. De Amerikaanse president gelooft niet in de schuld van de mens en heeft andere plannen. Tot nu toe heeft hij het akkoord nog niet opgezegd en wat brengt de toekomst. Nederland wil zich ook gaan gedragen en maatregelen nemen en mensen maken zich alweer druk om wat dit gaat kosten en het geld is leidend. Ben benieuwd hoe het verder gaat en ons landje blijft een klein landje en als grote landen er al niet in geloven en niets willen doen...

De klimaatvluchteling en het stukje aarde waar je bent geboren wordt onleefbaar en levert geen voedsel meer. Op de vlucht en op zoek naar waar het beter is. Ons land ligt gunstig als het om het klimaat gaat en kan zich gaan opmaken voor meer en meer mensen die ook willen eten en drinken en meer en meer willen. Misschien iets te negatief maar dan kan het alleen maar meevallen.

Doen en wat kan ik zelf doen. De verwarming een graadje lager en niet overal het licht aan en afvalscheiding. Drie afvalcontainers inmiddels en het oud papier apart en ik doe braaf mee en meer kan ik ook niet doen. En fietsen en het openbaar vervoer en geen auto. Politiek en stemmen op een partij die het goed met de aarde en planten en dieren voorheeft en dan houdt het op.

Genieten doe ik wel met dit mooie weer en dat is het kleine en op het grote heb ik als eenling weinig invloed. Met elkaar en wereldwijd denk ik dan en daarvoor zijn we weer veel te verschillend. Hoop wel dat het meevalt en dat de opwarming en klimaatverandering niet al te veel invloed zal hebben op het dagelijkse leven en ik hoop ook maar dat het op de lange termijn ook mee zal vallen. En dat de aarde ook voor toekomstige generaties leefbaar zal zijn.

Henk S

Anti-stress Tips

's Nachts slaap je slecht. Je piekert. Wat moet je doen? Wat zal je besluiten? Overdag ben je moe en onzeker. Anderen, vaak je dierbaren, krijgen jouw gestreste irritaties over zich heen. En dan baal je daar weer van.

Stress, waar komt het vandaan?

Vaak maken we de ander net iets te belangrijk. Je laat je door andere bepalen. Je verliest uit het oog wat jij nou ook al weer wilde, wat jij wilde zeggen, wat je vindt en soms ook wie je bent.

Ik hoor het vaak in coaching: wie ben ik nou? Wat wil ik eigenlijk? De omgeving is heel tevreden over deze aanpakkers en doorzetters. Maar zelf werken ze zich over de kop en negeren ze hun vermoeidheid. Over teleurstellingen (weinig waardering) doen ze naar buiten toe niet moeilijk. Ze zetten een masker op. Ondertussen groeit de stress.

1 Adem

Volg je ademhaling: in en uit. Verander er niets aan. Niet dieper of langzamer. Je ademhaling hoeft niet anders. Jij hoeft ook niet anders. Het is gewoon je eenvoudige ademhaling. Omdat die altijd bij je is kun je hem blijven volgen. Het brengt je dicht bij jezelf.

2 Blijf bij de pijn

Natuurlijk wil je van je stress af en de nare dingen die het met zich mee brengt. Maar ga er eens naar toe. Een heftige emotie lokaliseert zich ergens in je lichaam. Waar zit de stress bij jou? In je maag? Je buik? Je schouders? De band om je hoofd? Je snel kloppende hart? Je kaken die op elkaar bijten? Het is een signaal, een gezond signaal. Negeer het niet.

Ga er met vriendelijke aandacht naar toe. Adem er als het ware doorheen. Geef niet snel op. Het kan transformeren in rust, maar dat is niet het doel. Het doel is vriendelijk zijn voor pijn, voor jou.

3 Vertraag

Neem je zelf aan de hand in je gehaastheid en gejaagdheid en vertraag. Loop langzamer, poets je tanden langzamer, kook langzamer, denk langzamer, fiets langzamer. Juist als je sneller wilt gaan is het heilzaam.

4 Creëer loze tijdsmomenten

Na elke taak doe je even niets: 10-15 minuten. Ga zitten en kijk naar buiten. Ga liggen en sluit je ogen. Ga naar buiten en wandel. Het effect is verbluffend en de tijdswinst ook.

5 Wandel

Ga naar buiten en wandel in de natuur. Wandelen bevrijdt je van verdriet, zorgen, de last op je schouders en stress. Wandelen geeft je innerlijke vrijheid en lichtheid. De spanning valt van je af. Het werkt echt. Het is geweldig! Ook in de stad is er natuur. Loop richting een park en focus op het groen, de blaadjes, takken, bomen, het water, de vogels, de weidsheid, de kleuren enz. De Basiswandeling is een voorbeeld van een stiltewandeling. Doe het dagelijks, een half uur.

6 Geef geen kritiek

Vaak ontstaat stress door innerlijke kritiek: je moet anders, beter, sneller, perfect zijn. Je wordt prikkelbaar en nors. Anderen merken het ook. In je stress stel je onrechtvaardige eisen of heb je verwijten. Interne drukke dialogen wisselen elkaar af met kritiek op anderen. Experimenteer eens en wees stil. Begin bij de ander: geef geen kritiek. Je voelt het wel, maar je uit het niet. Je bent stil. Doe het een week. Kijk eens naar het effect op de ander. En op jezelf.

7 Zie de ander in zijn puurheid

Neem een moment van rust voor jezelf. Denk aan de collega, vriend, partner of familielid waar je je gestrest door voelt. Wat irriteert je? Wat vind je vervelend aan de ander?

Kijk dan eens achter je sturing. Wie is hij werkelijk? Hoe gaat het met hem als hij alleen is? Waar loopt hij warm voor? Waar is hij bang voor? Probeer hem in zijn puurheid te zien. En: wat zou je kunnen doen zodat de ander zijn authenticiteit meer kan tonen?

8 Wat wil je wèl?

De stress wil je niet meer. Maar wat wil je wèl? Ik weet wel dat je meteen denkt: dat kan niet. Misschien. Maar begin eens in beeld te brengen wat je wel wilt. Wandel en schrijf het op. De eerste stap is om het allemaal visualiseren zonder te denken aan de uitvoering. Doe het en schrijf het op. Bespreek het daarna met iemand die niet onder de indruk is van je kritische afwijzende houding. Je ziet dat er meer mogelijk is.

9 Ontdek je talent

Veel mensen doen werk dat niet past: ze lopen op hun tenen of vervelen zich met werk onder hun niveau. Als je niet jezelf kunt ontplooien op jouw manier is dat een flink stresserende factor. Ontdek je natuurlijke talenten en onderzoek op welke manier en op welke plek je ze het liefste inzet. Er is heel veel mogelijk. Je gaat floreren!

10 Beluister Ton Lathouwers

Een aantal jaren geleden ontmoette ik Ton Lathouwers, op vakantie. We werden vrienden. Wat een rijkdom. Hij is een hoogleraar maar vooral Zenmeester. Al 50 jaar bewandelt hij de Zen-weg. Ik ben helemaal geen Zen-type maar dat maakt (hem) niet uit. Hij is open en toegankelijk. Een levenslustige man van 82. Mijn voorbeeld.

Als ik moe ben, niet kan slapen, me zorgen maak, luister ik live of naar zijn opgenomen lezingen.

Je kunt ook zijn boeken lezen, bijvoorbeeld 'De moed tot het onmogelijke' of 'Meer dan een mens kan doen'. Bij jouw persoonlijke anti-stress tip maak je kans op een van zijn boeken.

11 Kleur of knutsel

Er zijn prachtige boeken verschenen om uren ongegeneerd te kleuren. Heerlijk ontspannen. Bijvoorbeeld 'Mijn geheime tuin' van Johanna Basford heeft bloemen, planten en tuinen om in te kleuren, maar ook doolhoven en patronen om zelf vorm te geven. De tuinen verbergen vlinders, rupsen en vogels. Mail jouw persoonlijke anti-stress tip en maak kans op een van deze kleurboeken.

Bron: <http://www.coachbureau.nl>

Minder eco en meer ego of minder ego en meer eco

Uitgaan van de mens als top van de piramide. En de rest is ondergeschikt aan de mens. Of eco en kiezen voor de cirkel en de mens is onderdeel van alles maar niet de baas. Het individu en alles draait om jou en jij staat bovenaan in de piramide en daarna de andere mensen en onderaan de planten en de dieren. Uitgaan van eco en alle mensen zijn gelijk en maken deel uit van de cirkel van het leven inclusief de planten en dieren.

Vorige week vroeg iemand me of hij een gefilmd portret van mij mocht maken. Vind me zelf niet echt belangrijk en kan me even niet voorstellen dat zo'n portret boeiend kan zijn voor anderen. Enkele weken geleden stond ik in de krant. Niet voor mijn ego maar gewoon om me even voor te stellen aan de rest van Emmen. Heel veel mensen zien me dagelijks fietsen met mijn rode hoed en weten niets van mij. Dan is zo'n krantenartikel wel handig en vaak kom je pas in de krant na je dood in de vorm van een advertentie.

Ego en moet deze week ook nog ongeveer 600 woorden schrijven over mezelf. Pr zozeged en mezelf verkopen en zorgen dat anderen zin hebben in een kopje koffie met mij. In het kader van schizofrenie en wat kun je van mij en mijn ervaringen leren. Ook even lastig en meestal schrijf ik over wat me bezig houdt en niet zozeer over mezelf.

Ego en Eco en de samenleving is ingericht op EGO. De mens centraal en de mens heerst over de planten en dieren. Eco is veel leuker en onderdeel zijn van de cirkel van het geheel. Het ego en kom veel ego tegen in mijn dagelijkse leven. Eco heeft eigenlijk wel mijn voorkeur en het individu ondergeschikt aan het geheel.

Al die meningen en iedereen heeft gelijk. Gezien vanuit het individu en dan de strijd. Nooit komt er een eind aan. Soms geen zin meer om bijvoorbeeld naar al die meningen te luisteren en de tv blijft vanavond denk ik uit. Wat computeren en verder niet zoveel. Altijd maar het individu en het Ego voor en boven alles en ik kijk om me heen en zie de gevolgen.

Honger en armoede in de wereld en de sterkste mens centraal. Vandaag ook een stukje in de krant over het dode boerenland en het verdwijnen van de weidevogel en de komst van de veelvraat Gans. Niet de aarde centraal maar het geld en zoveel mogelijk product van een ha aarde. Ten koste van de natuur en de dieren en de planten natuurlijk. Alles wordt kapot gespoten en dubbel bemest. Dieren en het vlees wat we eten en hoe hier mee omgegaan wordt. Afgelopen week een stukje in het journaal over een horror slagerij in België en ik snap gelijk weer waarom sommigen geen journaal meer kijken en de krant niet lezen.

Misschien vind ik mezelf ook wel belangrijker dan de ander en vind ik ook wel mijn eigen mening de enige juiste. Eco vind ik echter veel mooier. En uitgaan van het collectief en van al het leven op onze planeet. Dromen en het zullen wel dromen blijven. Geld en nog eens geld en het kapitalistische systeem centraal. Gelukkig zijn er nog uitzonderingen en heel vaak is het wel zoeken naar deze uitzonderingen. Gisteren weer even gekeken naar Floortje naar het eind van de wereld en de kijkcijfers zijn hoog en dat geeft me moed en blijven geloven in het goede van de mens. Hoe moeilijk dat soms ook is.

Henk S

Moppentrommel

Op een camping in de Ardennen werd eens een internationaal feestje georganiseerd. De Belgen brachten bier mee, de Fransen wijn, de Engelsen gin, de Duitsers worst en de Hollanders hun familie.

De Kerstman en Sinterklaas zitten gezamenlijk aan de bar. Zegt Sinterklaas tegen de Kerstman; Doe mijn eens een biertje. Waarop de Kerstman zegt: Ik ben Sinterklaas niet.

Ik haat mannen. Zij gebruiken mij op straat, in dancings, cafe's en slaapkamers. Zij betasten mij dan met hun vingers en nadat ze mij vurig hebben gemaakt drukken ze hun lippen op mij en trekken alles wat ik in mij heb uit mij. En als ze genoeg van me hebben gooien ze mij op zij of in de goot. Waarom zijn ze zo gesteld op mijn blanke lichaam? Ik ben maar een.....sigaret.

Van gulden naar Euro:

Hoe maak je van een gulden een Euro?

- Stop hem in het stopcontact, krijg je zo 220!

Ik was laatst in Amsterdam. Ik liep gezellig met een paar vrienden door de stad en opeens tikt er een pastoor op mijn schouder en vraagt aan mij: "weet jij misschien waar het Leidse plein is?" Waarop ik weer antwoord: "Ja, maar dat vertel ik niet". Pastoor: " Dan kom jij niet in de hemel". Ik: "Maar, jij niet op het leidse plein.

Hoe kan dat, dat je met twee straaltjes plast?", vraagt de man aan zijn buurman. "Oh, dat komt van de oorlog," zegt de man, "ik ben getroffen door een granaatscherf." Dan komt er rechts een man staan die met wel tien straaltjes plast. "Zeker ook gebeurd in de oorlog?", informeert de man. "Nee," zegt zijn buurman, "ik krijg verdomme mijn rits niet open."

Er wordt een BBQ georganiseerd. Een Belg, een Duitser, een Italiaan en een Hollander zijn uitgenodigd. op de dag van de BBQ komt de Duitser toe en hij heeft een hele doos worsten bij zich. Dan komt de Belg toe en hij heeft drie vaten bier met zich meegebracht. De Italiaan komt als derde toe en brengt een berg spaghetti mee. Dan komt de Hollander toe en weet je wat die bij heeft... vrouw en kinderen.

Een dame van 76 wordt 's morgens, rond 6.20 uur, gewekt door heel wat lawaai op straat. De vuilniskar rijdt langzaam door de straat en het op- en afladen van de vuilnisemmers zorgt voor heel wat kabaal. Ze denkt ineens: "Verdorie, heb ik gisterenavond mijn vuilnisemmer vergeten buiten te zetten. En als ik nu nog eerst naar beneden moet... Dat haal ik nooit op mijn leeftijd." Ze komt dus uit bed, zonder tanden, zonder pruik en huppelt zo tot aan het raam wat ze openmaakt. Ze leunt buiten en roept naar beneden: "En, heb ik nog tijd?", waarop Een van de werkmannen terugroept: "Geen probleem. Spring maar!"

Wat is het verschil tussen zwarte kippen en witte kippen?

Antwoord: Zwarte kippen kunnen witte eieren leggen maar witte kippen kunnen geen zwarte eieren leggen!

De tijdlijn van het leven

Geschiedenis en de geschiedenis van de aarde opgetekend langs een tijdlijn en dan het moment dat de mens zijn intrede doet. De geschiedenis van de mens op deze mooie planeet opgetekend langs een tijdlijn. Een lijn van een meter met de hoogte en dieptepunten. Met de gebeurtenissen die eeuwen later nog invloed hebben. De komst van het geld bijvoorbeeld. De hebzucht en oorlogszucht en gelijk willen hebben. Wanneer deed dit zijn intrede of is het gewoon een eigenschap van de mens.

De geschiedenis van ons land begint met de hunebedden. Andere tijden die allang achter ons liggen en het hunebedbouwersvolk en hoe ze leefden en hoe weinig daar bekend van is. Grappig en ik voel me nog steeds verwant met dat hunebedbouwersvolk. Soms vind ik mezelf terug bij het hunebed. Mijmerend bij het hunebed en me afvragen wat ze van het leven in 2017 zouden vinden.

Gebeurtenissen uit de recente geschiedenis en de uitvinding van het stroom en later de komst van het elektrisch licht en hoe dit het leven heeft veranderd. Nog korter geleden en de uitvinding van de computer en hoe het digitale gedoe niet meer weg te denken is.

De trein en hoe die twee eeuwen geleden voor het eerst reed in ons land en nog steeds rijdt. Geen stoom meer maar diesel en elektrisch. Vechten doen we ook al eeuwen en al die oorlogen en al die doden en die vernietiging en komt er binnenkort weer een oorlog? Oorlog is er altijd zeggen sommigen en zonder strijd kunnen we niet.

Mijn eigen leven uitgetekend langs een tijdlijn met hoogte en dieptepunten die van invloed waren op de manier waarop mijn leven is gelopen. Over honderden jaren kom ik misschien voor in een stamboom. Geboren op en gestorven op en getrouwd met en geen kinderen en meer ook niet. Wat weet ik van het leven van mijn overgrootouders en hun denken en hun leven. Ook niets denk ik dan. Hun genen kunnen in me voort leven of leven in me voort en meer ook niet. Een druppel in de oceaan en meer is mijn leven niet.

Hoogte en dieptepunten en steeds maar weer links af en meer ook niet. Ook dat is dan weer te simpel. Mijn trouwdag komt zeer zeker op die tijdlijn en de eerste opname in de GGZ ook. Mijn ouders zullen ook niet ontbreken en hun sterfdatum. Gebeurtenissen die je niet meer vergeet en die waardevol zijn. Voor een ander niets als een stipje in de oceaan en voor mij bepalend. En rechts af natuurlijk en het moment dat ik in staat was te kiezen voor een richting...

Zo heeft ieder mens zijn eigen tijdlijn en soms komen ze overeen en vaak verschillend natuurlijk. Geboren op 30 januari 1961 en hoeveel mensen kunnen dat zeggen. Dat zullen er een paar zijn denk ik dan. En de schooltijd en de pubertijd en de verschillen worden steeds groter. Getrouwd op mijn 38ste en op 8 juni 1999 en dan zijn er niet veel die dat ook kunnen schrijven. Uniek zijn en in veel opzichten ziet een persoonlijke tijdlijn er per persoon weer anders uit met andere hoogte en dieptepunten. Persoonlijk en authentiek en oorspronkelijk.

Tijdlijnen en als het gaat om het grote zijn er veel overeenkomsten. Koning Willem 4 en voor alle Nederlanders is dat hetzelfde. Geld en iedereen in ons land is geld nodig... Er zijn een paar uitzonderingen en die bevestigen weer de regel. Eten en drinken zijn we echt allemaal nodig en zo zijn er heel veel overeenkomsten tussen de mensen en de verschillende tijdlijnen.

Leuk om voor mezelf een tijdlijn te maken en het een beetje met jullie te delen. Ik zie mijn blog ook vaak als een tijdlijn. Delen en waar ik op het moment zelf mee bezig ben en groeien natuurlijk en misschien zit er wel geen ontwikkeling in. Voor mezelf wel en dat is het allerbelangrijkste 😊

Henk S

Het hart van de oude man

Op een dag stond een jongeman in het midden van het dorp en beweerde dat hij het mooiste hart had van de hele vallei.

Een grote menigte had zich om hem heen verzameld en ze waren het allemaal met hem eens, zijn hart was perfect en mooi.

Er zat geen wond of schrammetje op zijn hart en men zei dat het het mooiste hart was dat ze ooit hadden gezien. De jongeman was er erg trots op en in de dagen die volgden, pochte hij nog meer over zijn prachtige hart.

Op een dag liep een oude man vanuit de menigte op hem af en vroeg: "waarom is jouw hart niet zo mooi als het mijne?"

Iedereen keek naar het hart van de oude man, het sloeg krachtig, maar zat vol littekens en er waren andere stukken ingezet, deze pasten er niet mooi in en de hoeken waren rafelig. Op sommige plaatsen misten er zelfs stukjes uit zijn hart. De mensen bekeken hem in opperste verbazing en dachten: "Hoe kan hij nou zeggen dat zijn hart het allermooiste is?" De jongeman lachte om de staat waarin het hart van de oude man verkeerde en zei: "Je maakt zeker een grapje? Vergelijk jouw hart eens met het mijne, dat van mij is perfect en de jouwe is een puinhoop vol littekens en scheuren!" "Ja", antwoordde de oude man, "jouw hart ziet er misschien wel perfect uit, maar ik zou niet met je willen ruilen."

"Kijk", sprak hij, "elk litteken vertegenwoordigt een persoon aan wie ik mijn liefde heb gegeven, ik scheur een stukje uit mijn hart en geef het hen, vaak krijg ik een stukje van hun hart terug om zo de lege plaats op te vullen. Maar de stukken zijn niet precies hetzelfde, ik heb gerafelde hoeken, dat klopt, maar het herinnert me er aan, dat we liefde delen. Soms geef ik een stukje van mijn hart weg en heeft de ander me geen stukje van het zijne teruggegeven, dat zijn de lege gaten. Het geven van liefde is een risico, al zijn die gaten in mijn hart pijnlijk, ze blijven open. Het herinnert me er aan, dat ik ook liefde heb voor deze mensen en ik hoop dat ze op een dag terug zullen keren om het gat alsnog op te vullen. Zo" zei hij, "zie je nu wat echte schoonheid is?"

De jongeman stond roerloos terwijl de tranen over zijn wangen rolden, hij liep op de man af, greep in zijn perfecte hart en scheurde er een stukje uit. Hij bood het met trillende handen de oude man aan, deze nam zijn offer aan en plaatste het in zijn eigen hart. Vervolgens nam hij een ander stukje uit zijn hart en plaatste het in de wond van het hart van de jongeman. Het paste niet perfect, er zaten wat rafels aan en de jongeman keek naar

zijn hart, niet meer perfect, maar veel mooier dan voorheen omdat de liefde van de oude man nu ook door zijn hart stroomde.

Bron: Onbekend

Wat hebben voetbalstadions, voetbal en bepaalde beroemde voetbalclubs gemeen? Wat heeft een Hongaars theaterdrama uit begin vorige eeuw daar mee te maken? Net als een Broadway musical, een film en een beroemd lied?

Wat hebben voetbalclubs Liverpool, Celtic, Borussia Dortmund en Feyenoord te maken met elkaar en met een Hongaars theaterdrama? Wat heeft dit alles te maken met een Broadway musical, iets succesvoller dan een film en een populair lied, Gerry and the Pacemakers, Lee Towers en nog veel meer artiesten? In het volgende stuk zal ik het hopelijk duidelijk kunnen maken.

Wat hebben inderdaad al deze vrij uiteenlopende zaken en personen nu met elkaar gemeen? Lezers van De Inloper die wel eens in bepaalde voetbalstadions zijn geweest of op tv hebben gezien zoals in De Kuip of Signal Iduna Park in Dortmund (beter bekend als het Westfalenstadion) of Celtic Park kennen het lijflied van de thuisspelende club wel. Fans van Lee Towers, Frank Sinatra, Elvis Presley en vele andere meer of minder beroemde artiesten kennen het lied ook wel uit het repertoire van die artiest.

De een vindt het maar niets, de ander raakt er van onder indruk of kan de tranen en een brok in de keel niet ontkennen. Het gaat natuurlijk om het lied „*You'll never walk alone*” van Gerry and the Pacemakers of Lee Towers of een van de vele andere artiesten die dit nummer gezongen hebben. Het lied is echter veel ouder dan de jaren 90 of jaren 60 van de vorige eeuw. Het heeft eigenlijk van oorsprong niets te maken met voetbal of zelfs muziek. Wij gaan eerst helemaal terug tot het jaar 1909. Een Hongaarse theaterschrijver genaamd Ferenc Molnár schreef zo het leek een flop van een theaterstuk toen het in Hongarije werd gespeeld. De naam hiervan was *Liliom*. In de jaren 20 van de vorige eeuw werd het vertaald in het Engels en op Broadway in New York Amerika met succes opgevoerd. In 1926 werd er deze opgevoerd in Londen met de beroemde acteur Charles Laughton in een rol.

In 1939 bracht Orson Welles een radioversie waarin het stuk *Liliom* live werd gespeeld. Dezelfde Orson Welles die een jaar daarvoor voor (zogenaamd) een flinke paniek en massahysterie had gezorgd met een ander hoorspel op de radio. Toen zorgde hij met het hoorspel van het boek *War of the Worlds* van H.G. Wells (ook meerdere malen verfilmd) voor paniek bij luisteraars. De meeste hiervan vielen in de uitzending die live was zonder de introductie gehoord te hebben. Dat het eerste deel een nagespeelde nieuwsreportage was over het landen van ruimteschepen en aliens. De „paniek” viel achteraf bekeken best mee, maar zorgde voor politieke en maatschappelijke rumoer over wat deze uitzending had veroorzaakt. De radio-uitzending van het Hongaarse stuk zorgde niet voor zoveel ophef. In 1940 is een beroemde uitvoering van het stuk in New York met Burgess Meredith en de Zweedse Ingrid Bergman opgevoerd.

Het stuk is ook meermalen verfilmd, eerst als stomme film in de jaren 20, maar in 1930 voor het eerst als een gesproken film. Deze aan de oorspronkelijke stuk getrouwe filmversie was geen succes. Dit gold wel een Franse versie in 1934 van de beroemde regisseur Fritz Lang (van o.a. de films *Metropolis* en *M.*) met net als de andere filmversies een gelukkig(er) eind. Er komt in de jaren 40 ook een musical van het stuk. Deze is van de hand van het beroemde duo Rodgers en Hammerstein, ook bekend van bijvoorbeeld de musical *Oklahoma*, genaamd *Carousel*. Het eind wordt tamelijk veranderd, zodat er een minder grimmige afloop is en er nog hoop is voor de mannelijke hoofdrolspeler. Desondanks applaudiseerde Molnár deze verandering.

Voor diegene die de musical, het theaterstuk of de film wellicht willen bekijken, volgt een waarschuwing voor zogenaamde „spoilers” waarin het verloop van het verhaal wordt verteld. Het verhaal van het Hongaarse drama speelt zich af in Boedapest en in een soort voorportaal van de hemel. Liliom is een man die probeert mensen de kermis op te praten voor de ritjes e.d. en deze wordt verliefd op Julie, een jonge huishoudster. Nadat ze beiden hun baan verliezen behandelt Liliom Julie steeds slechter en slaat haar zelfs èènmaal. Hij houdt echter wel van haar en als Julie zwanger blijkt, doet hij uit wanhoop mee aan een roofoverval die iemand anders bedenkt. Deze andere ontsnapt wanneer de overval mislukt, Liliom sterft echter. Hij wordt naar een vurige plek gestuurd, waarschijnlijk het vagevuur vanwege zijn zonden.

Na 16 jaar wordt hij opnieuw voor 1 dag naar de aarde gestuurd om zijn inmiddels tienerdochter Louise te helpen. Als hij daarin slaagt mag hij naar de hemel. Hij faalt echter hierin en eindigt vermoedelijk in de hel, al is de focus vooral op Julie en haar blijvende liefde voor Liliom. In de films en de musical *Carousel*, waar later ook een filmmusical van wordt gemaakt in de jaren 50 is er een positievere afloop. Hierin slaagt hij wel om zijn dochter te helpen. In de Engelse versies heet Liliom Billy Bigelow. Op zijn slechtst blijft ongewis of hij er in slaagt om in de hemel te komen, een meer „happy ending” dus. Dan volgt na deze aanloop de link met het lied, immers een musical(film), waarin het betreffende lied twee keer wordt gezongen.

When you walk through a storm, Hold your head up high, And don't be afraid of the dark, At the end of the storm, There's a golden sky, And the sweet silver song of the lark, Walk on through the wind, Walk on through the rain, Though your dreams be tossed and blown, Walk on, walk on, With hope in your heart, And you'll never walk alone, You'll never walk alone.

Na de dramatisch verlopen roofoverval en de tragische dood van Liliom/Billy wordt Julie toegezongen dat ze hoop moet hebben. Daar is dan „*You never walk alone*” ten tonele verschenen. Als slotscène wordt het lied weer met de groep nu aangeheven, een mooi beeld plus geluid als slot in de filmmusical *Carousel*. Hierachter volgt de link naar [You Tube](#).

De hoofdpersoon is aanwezig (voor de anderen onzichtbaar) voor zijn dochter en zijn geliefde. Eveneens is een soort engel/poortwachter onzichtbaar voor de rest die hem op het eind wenkt mee te komen. Voor de gevoelige lezers en kijkers best wel een mogelijke tranentrekker.

<https://www.youtube.com/watch?v=eC0IOHBxreg>

Dit lied werd door een deel van de filmcritici erg genoemd vanwege zogenaamd goedkoop sentiment en op gevoel spelen. Echter door de kijkers en luisteraars werd dit het begin van een klassieker. *You'll never walk alone* is onder andere gezongen door Elvis Presley, Doris Day, Frank Sinatra en Beyonce.

In 1963 zong de Engelse band Gerry and the Pacemakers het lied en werd nummer 1 in zowel Engeland als Amerika. Bij de voetbalclub Liverpool FC draaide de dj in het stadion de top 10 van de hitlijst in omgekeerde volgorde met nummer 1 als laatste vlak voor de wedstrijd. De fans van Liverpool op de zo beroemde tribune achter een doel, genaamd de Kop, zongen met de liedjes mee. Echter toen *You'll never walk alone* uit de top 10 viel, bleven de supporters het lied zingen. De legendarische toenmalige trainer van de club Bill Shankly had wat met het nummer en koos het als één van de liedjes op radio de avond voor de FA Cupfinale op Wembley. Toen de fans na de zege op Leeds United het lied zongen noemde de verslaggever dit lied het herkenningslied voor de club. Sommige fans menen dat maanden voor de Engelse band het nummer coverden het lied al werd gezongen op de tribunes.

Voor elke thuiswedstrijd schalt het lied uit de luidsprekers terwijl de ploegen in de spelerstunnel staan en op het veld komen. Het thuispubliek zingt mee op indrukwekkende manier, vaak wordt dit ook aangeheven tijdens de wedstrijd en er na. Op een ter ere van Shankly in 1982 geplaatst hek in het stadion staat de titel van het lied. Andere clubs hebben het lied ook (over)genomen als (mede) clublied. In 1966 speelde de Schotse club Celtic op Anfield Road en sindsdien zingen de Schotten dit lied ook. In de midden jaren 70 bracht de toen net ontdekte Lee Towers het lied uit. In latere jaren groeide het lied uit tot een vast nummer bij Feyenoord, Lee Towers is een echte fan van Feyenoord. Het Duitse Borussia Dortmund heeft ook dit lied als belangrijk lied bij de club aangenomen.

Aldus de link tussen al deze uiteenlopende zaken. Te beginnen bij een Hongaars theaterdrama, wat later Engels werd bewerkt tot een iets minder grimmig theaterstuk. Verder via films en radio ontstond de musical, waar later de film uit voort kwam. De soundtrack van de musical is een groot succes. Om via een Engelse band in Liverpool na onderdeel van het afspelen van de top 10 het clublied te worden van deze FC.

Andere clubs hebben het overgenomen.

Bronnen o.a.: Wikipedia, You Tube en

<https://www.fourfourtwo.com/features/why-liverpool-fans-sing-youll-never-walk-alone>

Paul van der Sluis

Lente(henk S)

en ik laat de lente
toe in mijn leven
tijd voor nieuw
en tijd om oud achter
me te laten

tijd om te genieten van
alles wat de natuur ons
laat zien

tijd om niet te veel meer
terug te kijken
tijd om te gaan voor groei en groeien

tijd en tijd
laat zich niet dwingen
en zo komt alles op zijn tijd

tijd en het is tijd voor.....

empty rooms(henk S)

en mijn hersencellen
zien als kamers

stemmen in mijn hoofd
dromen van lege kamers

schizofrenie en een goede
schizofreen is nooit alleen 😊:-)

alleen willen zijn
lege kamers

hoe vaak het stil is
en ik geen stemmen hoor

tijden dat ik niet alleen ben
mag delen met anderen
mag luisteren naar de drukte
in mijn hoofd

stemmen en meer tussen
hemel en aarde
dan de mens ooit zal kunnen
begrijpen of bevatten

empty rooms
en hoe vaak het in mijn
hoofd nu stil is

hoe stilte de mooiste
muziek kan zijn

Menu van de maand

Indonesische gehakttaart

Ingrediënten

- 50 g mix voor nasi goreng (zakje)
- 5 plakjes deeg voor hartige taart (pak 10 plakjes, diepvries)
- 2 el zonnebloemolie
- 500 g rundergehakt
- 400 g Chinese roerbakmix
- 4 eieren
- 250 ml crème fraise

Keukenspullen

- taartvorm (doorsnede 25 cm), ingevet

Bereiding

1. Verwarm de oven voor op 200 °C. Wel de nasimix volgens de aanwijzingen op de verpakking. Laat het deeg ontdooien.
2. Verhit de olie in een braadpan en bak het gehakt in 3 min. rul. Schep de roerbakmix door het gehakt en bak 3 min. mee. Schep de nasimix door het gehaktmengsel. Klop de eieren los met de crème fraise
3. Haal de pan van het vuur en schep het eimengsel door het gehakt. Bekleed de vorm met deeg.
4. Schep het gehaktmengsel in het deeg en strijk aan de bovenkant glad. Bak de taart in het midden van de oven in 30 min. goudbruin.

combinatietip

Lekker met salade van kropsla met yoghurt dressing.



Agenda voor de maand mei 2017

Volleybal:



Elke **dinsdag van 18.00 tot 19.00 uur** in de sportzaal van de GGZ (scheperziekenhuis) is er een volleybaluurtje. Ontspannen en recreatief en het plezier staat voorop. Nieuwe spelers zijn van harte welkom en het is gratis !!

Activiteitencommissie

Op **maandag 1 mei** is er een vergadering. Een ieder is welkom en we beginnen om 13.15 uur. Heb je een leuk idee voor een activiteit dan ben je welkom !! Mocht je verhinderd zijn, geef je idee even door aan 1 van de leden van deze commissie !!

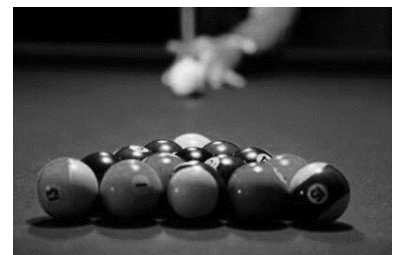


Wandelen

Dinsdag 2 en dinsdag 16 mei. We vertrekken om 13.30 uur vanaf het inloophuis. Bij goed weer en begaanbare paden kiezen we voor een boswandeling. Gratis

Poolcompetitie

Op **woensdag 3 en woensdag 24 mei.** Aanvang 14.00 uur



Op **zondag 14 en zondag 28 mei** zijn we geopend van 13.30 tot 16.00 uur.



Bezoekersoverleg

Donderdag 11 mei. Aanvang 18.15 uur

Over de dagelijkse gang van zaken binnen het inloophuis. Wil je meepraten dan ben je van harte welkom !!

Darten

Op **vrijdag 12 mei** Darten. Aanvang 14.00 uur.
Meedoen kost maar 50 eurocent.



Bowlen



Op **woensdag 17 mei** gaan we weer bowlen. Van 14.00 tot 15.00 uur en het kost weer tussen de 5 en 6 euro. Meer info binnenkort op het prikbord in het inloophuis

Klaverjassen

Donderdag 18 mei klaverjassen

Aanvang 19.15 uur en meedoen kost maar 1 euro en 50 cent



Film



Op **vrijdag 19 mei** is er een filmmiddag. We starten de film tussen 13.30 en 13.45 uur. De film wordt samen gekozen. Gratis !!

Op **vrijdag 5 mei** (bevrijdingsdag) **en donderdag 25 en vrijdag 26 mei** (hemelvaart) zijn we gesloten



Meer informatie over bovenstaande en andere activiteiten vind je op het prikbord in het Inloophuis

Menulijst maand mei 2017

Maandag 1 mei	Tagliatelle met roerbakgroenten, kip en roomsaus
Dinsdag 2 mei	Krieltjes met schil uit de oven, witlofsalade en een schnitzel
Woensdag 3 mei	Aardappel anders, bloemkool en een gehaktbal
Donderdag 4 mei	Nasi met satésaus
Vrijdag 5 mei	Gesloten
Maandag 8 mei	Gekookte aardappelen, spinazie met ei en een speklap
Dinsdag 9 mei	Pannenkoeken
Woensdag 10 mei	Gekookte aardappelen, wortelen & doperwten en een slavink
Donderdag 11 mei	Macaroni met groenten en ham
Vrijdag 12 mei	Rijst met kip kerrie
Maandag 15 mei	Gekookte aardappelen, rode kool en hachee
Dinsdag 16 mei	Spaghetti
Woensdag 17 mei	Stampot rauwe andijvie met spekjes en een saucijs
Donderdag 18 mei	Bruine bonen, spekjes en salade
Vrijdag 19 mei	Kapsalon a la Özkan
Maandag 22 mei	Couscous van Bas
Dinsdag 23 mei	Wereld menu:Indonesisch; Indonesische gehakttaart
Woensdag 24 mei	Gekookte aardappelen, sperziebonen en vlees
Donderdag 25 mei	Gesloten i.v.m. Hemelvaartsdag
Vrijdag 26 mei	Gesloten
Maandag 29 mei	Witlof ham/kaas uit de oven met gebakken aardappelen
Dinsdag 30 mei	Tortilla's
Woensdag 31 mei	Chili con carne met een salade