

De Inloper

Maandblad van Inloophuis Emmen



Oktober 2016

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,
Gerald, Paul v.d. S, Frieda R en Henk S.

Eindredactie: Henk Staats.

Stukjes voor de Inloper graag sturen naar h.staats@home.nl

Hallo Inlopers

Vandaag is het 11 september en de Inloper van oktober is af. Het is nog zomer en de komende week een aantal dagen van 30 graden of meer. Uitzonderlijk voor deze maand en is het de opwarming van de aarde of gewoon toeval. Oude wijven zomer op zijn Drents en indian summer op zijn Amerikaans. Oktober en de eerste echte herfstmaand en vallende bladeren en regen en wind. Zo zie ik de herfst en misschien krijgen we in oktober ook nog 20 graden dagen. Op naar de winter en de korte dagen. Eind deze maand gaat de wintertijd in en dan nog even en het is om 17.00 uur weer donker.

Alweer het tweede nummer na de vakantie en de tijd gaat snel. Ook als je het verder naar je zin hebt kan de tijd nog sneller gaan. In dit nummer natuurlijk weer de moppentrommel en de uitgebreide agenda. Vorige maand mee begonnen en al een aantal goede reacties gehad. Arjan heeft zijn stage beëindigd en een nieuwe stagiair. Gerald stelt zich in dit nummer even voor. Paul v.d. S gaat verder over de geschiedenis van de Libelle en Frieda gaat in op onze mooie Drentse taal. Verder iets over koffie. Voor velen heel belangrijk. Ik heb het verder nog over de balans en de kringloop.

Ik las afgelopen week een artikel over wat je kunt leren van de psychiatrische patiënt. Interessant en ik deel dit artikel even met jullie. In plaats van elkaar te veroordelen kun je veel van elkaar leren. Ik denk even aan het nieuws en de vele verwarde personen in ons land. Komt dit door de veranderende zorg of heeft dit een andere oorzaak. Het kan een spiegel zijn voor de samenleving.

De agenda en naast de gebruikelijke activiteiten is er in oktober een **historische stadswandeling** onder leiding van Paul v.d. S. Rest me nog jullie veel leesplezier toe te wensen en tot de volgende keer. Oh ja kopy voor de inloper van november moet op donderdag 10 november binnen zijn.

Henk S

Inhoudsopgave

	Pagina
Voorwoord	2
Inhoudsopgave	3
Wat en voor wie is het Inloophuis	4
Huisregels	5
Hallo allemaal !!	6
Allemaal familie	7
Wat ik van geesteszieken heb geleerd	8
Wisten jullie dat ?	10
Moppentrommel	13
Frieda's gedichtenhoekje	14
Massiviteit (gedicht)	16
Van harte gefeliciteerd	16
DE kringloop	17
Interessante Weetjes over de herfst	18
Balans	19
Koffie	20
De laatste rebel	22
Menu van de maand	23
Agenda	24
Menu eetcafé	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 langs 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

Hallo allemaal,

Ik kreeg van Henk Staats het verzoek om een stukje te schrijven waarin in ik mij voorstel aan jullie en het e.e.a. over mijzelf vertel. En die kans laat ik niet onbenut!



Ik ben Gerald Mulder en woon samen met Femke Temmink in Emmen. We zijn nu 12 jaar een stelletje en ik vond dat het tijd was dat Femke mijn vrouw werd! Tijdens een weekendje weg heb ik haar ten huwelijk gevraagd en ze heeft ja gezegd, 27-01-2017 is de grote dag!

Ik ben geboren in het ziekenhuis van Emmen en ben opgegroeid in Erica nabij het dorp Zuidbargoort! Ik heb een grote binding met het dorp Zuidbargoort. Binnen dit dorp ben ik bestuurslid van de Oranjevereniging en biljart ik in het dorps huis van Zuidbargoort. (heb a.u.b. geen hoge verwachtingen van mijn biljartkunsten).

Ik heb vanaf mijn 16^e gewerkt als kraanmachinist, hier heb ik een opleiding voor gevolgd in Groningen, 4 dagen werken en 1 dag naar school! Daarna heb ik een aantal jaren gewerkt voor een bedrijf dat landelijk actief was. In 2006 ben ik begonnen bij een bedrijf in Emmen, ik was toen inmiddels al aan een nieuwe opleiding gestart voor uitvoerder grond-weg en waterbouw. Dit diploma heb ik behaald in 2009. Al met al was het een mooie tijd waarin ik veel geleerd heb en ervaring heb mogen opdoen! Toch bekwam mij steeds weer het gevoel dat ik niet meer op mijn plek zat. De zorg en de hulpverlening kregen steeds meer mijn interesse, het was niet meer de vraag: ga ik die stap maken, maar wanneer!

Eind november 2015 heeft mijn vorige werkgever door ziekte zijn bedrijf moeten beëindigen, waardoor ik mijn baan kwijt raakte. Ik heb dit gelijk gezien als een mogelijkheid om de zo gewenste carrière switch te gaan maken. Op de open dag van het Drenthe College in Emmen raakte ik in gesprek met Mariska van der Gang (praktijk opleider Promens Care) en heb met haar gesproken over mijn voornemen om deze switch te gaan maken. Dit was voor mij het laatste zetje om er vol voor te gaan! Ik ben direct vrijwilligerswerk gaan doen voor Promens Care en heb gesolliciteerd op een BBL plek. Tot mijn grote vreugde ben ik hiervoor aangenomen en zo werd mijn droom van een carrière switch werkelijkheid

Ik ga de opleiding Persoonlijk Begeleider Specifieke Doelgroepen doen en in mijn eerste jaar mag ik gaan werken op het inloophuis.

Ik heb hier heel veel zin in en hoop veel te gaan leren. Ten tijde van dit schrijven heb ik mijn eerste werkdagen er op zitten en is mijn eerste indruk super positief! Een prachtige locatie om mij te gaan ontwikkelen in mijn verdere toekomst!

Met vriendelijke groeten,

Gerald

Allemaal familie

Familie is een vereeniging van personen, die door huwelijk of bloed-verwantschap verbonden zijn door welken band voor de leden onderlinge rechten en verplichtingen ontstaan.

Familie en eigenlijk zijn we als mensen allemaal familie. Uitgaande van de evolutie is er op verschillende plekken op deze aarde menselijk leven ontstaan en de voortplanting. Of het Bijbelse verhaal en twee mensen en door vermenigvuldiging zijn er nu heel veel. In het klein en ik heb wel eens gezocht op het mooie internet naar mijn voorouders en ik kwam van mijn vaders kant veel gegevens tegen. Dit gaat terug naar een keuterboertje in Roswinkel en wat me opviel was de letter t in staats en de vele malen dat er een letter ontbrak en het Staats werd. En dan Staats en staatsgevaarlijk, staatsbossen en staatswetten en de voorvoeging staats en hoe dat in mijn gekte een rol ging spelen. Gelukkig lang geleden en ik kan er nu wel om lachen ☺ Maar dit terzijde.. Verder zegt het me niet zoveel. Een vermenigvuldigings programma zonder veel achtergrondinformatie over bijvoorbeeld het leven in vroegere tijden en hun dromen en toekomstverwachting. Oneerbiedig gezegd ziet zoiets eruit als een fokprogramma. Dieren houden zich hier bijvoorbeeld niet mee bezig. En er zijn wel weer mensen die dieren houden en dit wel bijhouden..

De naam Staats en mijn vader had vier zoons en geen enkele van die zoons heeft kinderen van het mannelijke geslacht. Die tak loopt dus dood.

Kleinkinderen en achterkleinkinderen genoeg en niemand met de achternaam Staats. Mijn moeders kant en ook dit is uitgezocht en me er nog niet in verdiept. Ook omdat zoiets weinig info geeft over die mensen zelf. De geboortedatum en de sterfdatum en hun kinderen en meer ook niet. Dat is dan ook 1 van de redenen waarom ik schrijf. Wie schrijft die blijft en info over mijn gedachten en mijn leven in deze tijd. Binnenkort verzamel ik een aantal verhalen voor een boekje of allemaal printen en een a4 boekje van maken. Voor wie maar wil... Verwantschap en we kunnen als mensen allemaal verwant aan elkaar zijn. Als je maar ver genoeg terug gaat in de tijd zijn we allemaal afkomstig van een paar mensen. Niet mogelijk en teruggaan in de tijd heeft grenzen. Ook omdat men in vroeger tijden niet altijd een achternaam had en men ook niet altijd trouw was aan 1 persoon. Ook iets wat je niet terug vindt in de papieren.

Rebel zijn en ik kom in mijn leven en op het internet veel mensen tegen die een afwijkende mening hebben en die zich inzetten voor een betere en andere wereld. Verwant voelen en dan voel ik me verwant met een ieder die het anders wil en die het beter wil doen dan... Ook dat is familie. Fietsen over straat en ik groet vele mensen en ik krijg vaak een groet of een groet terug en ik zie het ook wel eens als 1 grote familie. Verwant zijn met de andere Drenten en met de andere fietsers en lopers.

Eigenschappen en als het om ons lichaam gaat lijken we allemaal op elkaar en delen we veel. Geestelijk en we willen allemaal gelukkig zijn en dit willen we allemaal en jammer genoeg op verschillende manieren bereiken. Verschillen in meningen en ook dat maakt ons mens en ons uniek en verder zijn we natuurlijk niet zo uniek. 17 miljoen mensen op dit kleine stukje aarde en de vele overeenkomsten en de weinige verschillen...

Henk S

'Wat ik van geesteszieken geleerd heb: de kracht van gevoeligheid'

'Psychiatrische patiënten confronteren ons met onze eigen kwetsbaarheid', schrijft poolreiziger en psychiater in opleiding Sam Deltour van de Vrijdaggroep. 'De samenleving kan nog heel wat van hen leren.' Eén vierde tot één derde van onze samenleving voldoet in zijn leven aan de criteria van een psychiatrische diagnose. Men noemt deze groep al eens kwetsbaar. Het is juist dat het een deel van de bevolking vormt die waakzaam door het leven dient te gaan maar ze bezitten tevens een groot deel talenten die onze samenleving kunnen verrijken en kunnen ons heel wat leren over de manier waarop we momenteel functioneren. Als we hen benaderen vanuit respect voor de kracht van hun gevoeligheid besparen we hen niet alleen het bijkomend lijden van het stigma maar helpen hen, en tegelijk onszelf, zinvol en verdiepend bij te dragen aan deze samenleving. Vroeg of laat krijgen we rechtstreeks of onrechtstreeks te maken met mensen die voor psychische uitdagingen staan. Vanuit mijn functie als psychiater in opleiding kom ik dagelijks in contact met deze groep.

Delen

'Wat ik van geesteszieken geleerd heb: de kracht van gevoeligheid'

Men vergelijkt hen al eens met de kanaries die mijnwerkers meenamen om het gevaarlijke methaangas diep onder de grond op te sporen. De hoog sensitieve kanaries verloren al snel het bewustzijn bij lage concentraties mijngas en waarschuwden de mijnwerkers voor het dreigend gevaar. Een mooie metafoor die erkent dat mensen die te kampen krijgen met psychische symptomen deze razend drukke maatschappij iets te vertellen hebben. Maar ik zie mijn patiënten niet als kleine, kwetsbare kanaries. Voor mij zijn zij diegenen die onbewust dapper en krachtig genoeg zijn enkele pijnpunten in deze samenleving bloot te leggen. Het complexe samenspel van genetische aanleg, moeilijkheden tijdens de ontwikkeling en een uitdagende sociale context verhoogt onze kwetsbaarheid voor psychiatrische symptomen. Dit overkomt mensen en heeft met vrije wil niets te maken. Maar deze kwetsbaarheid brengt tegelijkertijd dikwijls een soort bijzondere gevoeligheid met zich mee.

Waarde van de fundamentele aspecten van het leven

Professor **Erik Thys** toonde in zijn doctoraat op overtuigende wijze het verband tussen creativiteit en psychiatrische stoornissen aan. Het lijkt erop dat er een groep van mensen is die vanuit een nauwer contact met deze creatieve dimensie leeft. De Stanford Journal of Neuroscience baseerde zich op zowel fysisch als chemisch bewijsmateriaal om in 2007 reeds te stellen dat creativiteit en de bewustzijnstoestand gedurende sommige geestesziekten grote gelijkenissen vertonen.

Het valt me vanuit mijn eigen ervaring op dat vele mensen met een psychische aandoening opvallend minder belang hechten aan de oppervlakkige maatschappelijke verwachtingen. Doorheen de crisissen die ze meemaken of gemaakt hebben zie ik hen groeien.

Velen gaan een zekere rust uitstralen en hechten waarde aan de meer fundamentele aspecten van het leven. Ze hebben dikwijls een religieuze dimensie, in zijn oorspronkelijke betekenis van re-ligare, opnieuw verbinden.

Soms is er een diep besef, los van alle godsdienstige overtuigingen, dat we als mensen op de één of andere manier verbonden zijn en dat er grotere wetmatigheden achter de werkelijkheid schuil gaan die ons dragen en helpen zin te geven. Hun contact met deze bijna spirituele dimensie kan helpen evenwicht brengen in een samenleving die streeft naar steeds meer, sneller, groter en indrukwekkender. De stilte die heelt, de rust die inzichten brengt, de groei doorheen de pijn, het zijn zaken die ons allemaal kunnen inspireren.

Stilte van Antarctica

Vele modellen zijn er tegenwoordig op gericht mensen zo snel mogelijk opnieuw te laten functioneren zoals voordien. Maar de vraag is of deze mensen zich moeten aanpassen aan een zieke maatschappij of dat deze samenleving iets heeft te leren van deze groeiende groep individuen die aangeven dat we als samenleving onze motor aan een wel erg hoog toerental laten draaien.

Ik voel me in op een bepaalde manier met deze groep van mensen verbonden. Toen ik me samen met **Dixie Dansercoer** gedurende 90 dagen had ondergedompeld in de eindeloze, witte ijswoestijn van Antarctica keerde ik anders terug. De intense rust die er heerste stond in schril contrast met de eindeloze reeks prikkels waar we ons hier dagelijks aan blootstellen. De eenvoud van Antarctica werkte inspirerend en ik zie een zelfde soort verlangen naar die eenvoud terugkeren in vele van de mensen met wie ik werk. Hun aandoening dwingt hen vaak te verstillen, een beweging naar binnen te maken, te breken met sociale verwachtingen en toekomstplannen te herdefiniëren. In zekere zin zijn ze allen op avontuur.

De gevoeligheid in elk van ons

Psychiatrische patiënten confronteren ons met onze eigen kwetsbaarheid. Een denigrerende opmerking vanuit onwetendheid en onbegrip is snel gemaakt. Ik schrik ervan hoe men soms zonder nadenken neerkijkt op deze mensen. Wat als we hen in plaats daarvan vanuit hun kracht benaderen en helpen om te groeien doorheen hun crisis, te verdiepen doorheen hun pijn, en hun contact leren maken met de kracht van hun gevoeligheid? Daar kunnen wij allemaal veel van leren? Deze gevoeligheid zit in elk van ons en ieder van ons kan zich laten inspireren door de dappere tocht die mensen met een psychische aandoening afleggen. Daar hebben we niet per se een psychiater of psycholoog voor nodig. Dat begint bij vriendschappen, families, op de werkvloer, bij sociale bewegingen of sportverenigingen. Dat begint bij elk van ons.

Sam Deltour is poolreiziger, psychiater in opleiding en lid van de vrijdaggroep, een denktank voor jongeren van diverse pluimage ondersteund door de Koning Boudewijnstichting www.vrijdaggroep.be

Bron: <http://www.knack.be>

Wisten jullie dat ... ?/deel 2 overzicht oude tijdschriften

Ik was in het vorige nummer geëindigd bij een artikel uit de eerste naoorlogse Libelle. Hieronder is dan het vervolg.

⑩ De eerste winkel met een toen nieuwe formule:

*Op 23 december 1948 staat er een artikel *Bedien u zelf – Een service voor de huisvrouw* – waar een nieuwe winkelformule niet in Amsterdam, Rotterdam of Den Haag de primeur voor Nederland heeft, maar in Nijmegen. 'Stelt u zich voor: een vrijelijk en rijkelijk uitstallen van de meest uiteenlopende en (bijna allemaal) bonloze (immers net na de oorlog, PvdS) consumptieartikelen, welke men mag betasten, vergelijken en in zijn mandje kan deponeren. Geen vragen meer als: "Juffrouw, wat kost het?" of: "Juffrouw, heeft u geen andere merken?". Niet meer wachten op zeurige en lang van stof zijnde voorgangsters, geen kans meer op voor haar beurt gaande klanten. Voor ons land is dit een nieuwtje, voor Amerika al lang niet meer en in Engeland en België zijn de onlangs geopende bedien-u-zelf-zaken 'n succes gebleken. (...) Neonbuizen en schijnwerpers zorgen voor een prettige en doelmatige verlichting. Alle waren staan soort bij soort en alles is geprijsd. Welk een verscheidenheid treft men hier! (...) Het strookje wordt afgescheurd en het eindbedrag wordt betaald. De pakjes en dozen worden overgepakt in mijn eigen tas, die ik bij het binnenkomen moest afstaan (safety first) en klaar ben ik.' Verder wordt het gemak van in eigen tempo te winkelen aangehaald en vermeld dat er kinderziektes zijn, zoals een stagnatie bij de kassa. Het gaat hier natuurlijk om de eerste zelfbedieningswinkel in Nederland.*

⑩ Een brief van een meisje aan *Lieve Lita*:

*Op 31 oktober 1952 staat een ingezonden brief aan (lieve) Lita van ene D.T. te M. *Het jonge meisje en haar problemen*.*

'Geachte mevrouw,

U zult mijn vraag wel niet belangrijk genoeg vinden voor Libelle, maar beantwoordt u hem dan toch alstublieft persoonlijk. Ik ben een meisje van veertien jaar en ik ga op de industrieschool. Vlak bij onze school is een mulo en als die uitgaat, staan de jongens van de hoogste klas altijd op de hoek te wachten tot wij langs komen. (...) en dan praatten we wat met die jongens. Ik zag er geen kwaad in, maar dat is het juist, dat zie ik nu wel. Want die jongens worden zo vervelend, ze willen je hand pakken en proberen je te zoenen en afspraakjes te maken. Ik vind dat erg vervelend, mevrouw, en heus niet uit preutsheid hoor, want ik kan best met jongens omgaan (...), maar die jongens waarvan ik net vertelde, die zijn echt kleverig, als u begrijpt wat ik bedoel.'

Zij geeft daarna aan wat ze probeert te doen om die te ontlopen.

'Mijn klasgenoten vinden zulke dingen wel leuk en staan soms tijden op die hoek en in portieken te plakken, en omdat ik niet meedoe, maken ze me belachelijk en zeggen, dat ik nog een baby ben en zo

preuts en saai. Nu lig ik overal uit en ze laten me links liggen. (...) Ik weet soms niet, mevrouw, of ik overdreven ben in die dingen of niet? Mevrouw, moet ik nu toch maar meedoen met de anderen, of moet ik mijn eigen weg gaan? Maar ik ben bang, dat ik dan ook mijn vriendinnen helemaal verlies. Wat vindt u?

Lita antwoordt met dat dit meisje haar eigen weg moet gaan al zou het al haar vriendinnen kosten. *'Dit klinkt hard, ik weet het, kind, maar je moet het me maar vergeven. Ik heb nu eenmaal een ongeneeslijk zwak voor wie zich buiten de kudde waagt, vooral, wanneer ik de indruk krijg, dat die de verkeerde kant opdwaalt. Zelfstandig denkende mensen, die zich niet zo snel laten beïnvloeden en terwille van die zelfstandigheid ook bereid zijn onaangenaamheden te accepteren, hebben bij mij altijd een streepje voor. Dat is de reden, waarom ik je liever die zogenaamde vriendschap ontzeg, dan je de raad te geven te doen als zij. Ik zeg met opzet: zogenáámde vriendschap.'*

Zij vindt het geen werkelijke vriendin indien die zich tegen haar keert omdat haar mening anders is en dat er eerder sprake zal zijn van jaloezie. Om vervolgens af te sluiten met:

'En als je de enkele meisjes, van wie je veronderstelt, dat ze maar tegen wil en dank meedoen aan die kleffe grapjes, eens apart neemt en met ze praat over het hoe en waarom van je bezwaren, in plaats van hen te ontlopen (...)' Dan geeft ze de briefschrijfster een goede kans dat die in de toekomst haar partij zullen kiezen en aan de rest kan ze zonder bezwaar "lak" hebben.

⑩ Een rondgang langs hoe Nederlanders de avond door brengen:

Op 18 april 1952 staat er een artikel waarbij Libelle langs is gegaan bij diverse mensen om te zien hoe zij een avond door brengen. *Hoe brengen Nederlanders de avond door? ... – Een bezoek aan vijf gelukkige gezinnen in één Amsterdamse flat* – onder het motto van dat men lichtjes ziet in de flatgebouwen en dat het moeilijk voor te stellen is dat elk verlicht blokje een groot raam is met achter elk raam een gezin die daar woont met zijn eigen geluk, verdriet en moeilijkheden. Daarom wordt er op een avond zo'n huizenblok binnen gestapt om te zien wat zich daar nu achter die ramen af speelt. Het eerste bezoek is aan een echtpaar de Rijder op de derde verdieping.

'Mevrouw de Rijder was juist bezig haar tweejarig dochttertje Janneke haar avondeten te voeren (...) De heer de Rijder, die is in militaire dienst, maar gelukkig in Amsterdam gestationneerd, zodat hij iedere avond naar huis kan komen (...) Ook zijn vrouw, die oorspronkelijk uit Hoogeveen komt, raakte niet uitgepraat over haar gezellig domein. (...) Dan staat de heer de Rijder op en laat ons met een trots gebaar de zes weken oude baby zien en vertelt, hoe jammer hij het eigenlijk vindt, dat – kort nadat hij thuiskomt, 's avonds – Janneke hem al welterusten komt wensen en de baby met wieg en al naar de slaapkamer verhuist. (...)

Het jonge moedertje breit liefdevol kinderkleertjes, vader leest in een boek en de radio zorgt voor een gezellig melodietje'.

Bij de familie Rinkel op de tweede verdieping hangt de kalme sfeer van twee op leeftijd gekomen mensen die 35 jaar lang een drukke zaak hebben geleid en nu genieten van een welverdiende rust. *'Na het avondmaal wordt er dikwijls een kaartje gelegd.'* En als de vrouw een briefje schrijft aan een familielid of kennis, dan pakt de man maar naar zijn krantje. Daarna wordt er binnen gestapt bij een enthousiaste Libelle abonnee, waarbij de mensen van de Libelle op merken dat het er erg gezellig was. Op de derde etage gingen ze vervolgens op bezoek bij de familie van Agteren. Daar zaten drie jonge meisjes ijverig over hun huiswerk gebogen, de ouders dronken een kopje koffie in de rotan hoek. Zij geven aan oorspronkelijk uit Medan op Sumatra te komen. Vandaar uit via Valkenburg en Bloemendaal naar Amsterdam. De verslaggevers vragen hoe de meisjes het hier vinden.

"Reusachtig." verzekerden zij ons, "een fijn lyceum in Haarlem en zalige sportvelden overal in de buurt!" Een prettig, dankbaar gezin, dat zich, dank zij een groot aanpassingsvermogen, overal zal kunnen thuisvoelen en nooit de familieband zal verbreken.'

Het vijfde gezin waar ze binnen gaan is bij Loojenga, alwaar zij binnen kwamen tegemoet gesneld door pianoklanken. De vrouw maakt lichte muziek, die zal worden uitgegeven, zij maakt walsen, tango's, rumba's enz. *'Haar twee zoons zijn enthousiaste verzamelaars: de jongste verzamelt munten – een trommel vol heeft hij, waarin zelfs muntjes uit IJsland en Abbesinië (het hedendaagse Ethiopië, PvdS). Zijn oudere broer Hans voelt zich meer tot de postzegels aangetrokken en hij is een vaste klant op de zaterdagse postzegelmarkt. Agnes, de twintigjarige dochter, is na een drukke kantoordag het liefst gezellig thuis, 's avonds. Maar een enkel keertje dansen is ook niet te versmaden, vindt zij.'*

⑩ **Baard of geen baard, dat is de vraag?:**

Op 17 oktober 1952 wordt er in de rubriek op het Libellepodium ingegaan op een stekelige kwestie? *Hoor en wederhoor.* Daarin een duel van meningen tussen de schrijver Godfried Bomans en schrijfster Willy Leviticus. *'Zou het denkbeeld van een bebaarde echtvriend of verloofde u met afgrijzen vervullen of zou u het toejuichen, wanneer hij kin en kaken sierde met een min of meer weelderig bos haar? Wij maken er heus geen gewetensvraag van, maar mocht u in het geval komen te verkeren, dat van u een mening wordt gevraagd pro of contra de baard, hebt u dan uw antwoord klaar? Het is natuurlijk allereerst een kwestie van persoonlijke smaak, maar er bestaan toch argumenten voor en tegen de mannelijke gelaatsversiering, die uw oordeel kunnen beïnvloeden.'* **Het duel in het volgende deel van deze serie.**

Paul van der S.

Moppentrommel

Twee onderbroeken zitten in de wasmachine. Zegt de een tegen de ander: "We zijn ècht toe aan vakantie!" Waarop de ander antwoordt: "Nou nee dank je! Ik ben al bruin genoeg!"

Boer, boer! In de wei loopt een meneer met een aktetas, die door uw stier achternagezeten wordt! "O, wacht, ik zie het al. Dat is de K.I. beambte."

Een man komt bij de dokter en zegt: "Dokter, ik ben half doof!" Dokter: "Dat kan niet, u bent doof of u bent het niet." Man: "En toch ben ik half doof, dokter!" Dokter: Ga dan maar eens in de hoek staan en zeg mij na." De man gaat in de hoek staan en de dokter zegt: "Achtentachtig!" waarop de man antwoordt: "Vierenveertig!"

Zit een man met zijn benen op de bank in de trein, vraagt de conducteur "Doe je dat thuis ook?" zegt de man "Knip jij thuis ook de kaartjes!"

Een rijke mevrouw is erg trots op haar 54-delige servies. Komt het dienstmeisje naar haar toe: "Nu kunt u nog trotser op. U heeft nu meer dan 1000 delen."

Sam en Saar lopen door de Kalverstraat. Saar blijft stilstaan bij een sjieke boetiek waar een mooie jurk in de etalage staat. "Vind je 'm mooi?" vraagt Sam. "Ja, heel mooi," zegt Saar. "Vind je 'm echt heel erg mooi?" vraagt Sam. "Ja, werkelijk prachtig," zegt Saar. "Nou, weet je wat?" zegt Sam, "dan gaan we morgen weer kijken."

Een meisje vraagt aan haar moeder: "Mama, mag ik alsjeblieft een pony?" "Nou, vooruit dan," zucht haar moeder, "ik maak morgen wel een afspraak voor de kapper!"

Een man met een houtenbeen en een blinde hebben ruzie. De man met het houtenbeen: "Ik geef je een trap!" De blinde man kwaad: "Oh, dat moet ik nog zien."

Kees en Jan hebben samen een krantenwijk. Ze willen de krant gaan lopen maar het gaat regenen. Kees zegt: "Zullen we vandaag de krant maar niet lopen?" "Oké," zegt Jan en hij gaat naar huis. Een paar uur later komt Jan helemaal nat aan bij Kees en Kees vraagt Jan: "Hoe kom jij zo nat?" Jan zegt: "Ik moest de mensen toch zeggen dat de krant vandaag niet zou komen!"

Een olifant trapt midden in een mierennest. Woedend klimmen honderden mieren op zijn rug. De olifant begint ze haastig van zich af te schudden, maar één mier weet zich vast te klampen. Dan roepen alle andere mieren op de grond: "Wurg hem!"

Een man gaat naar een gebedsdienst van Jomanda. Hij woont een groot deel van de dienst bij, en gaat weer naar buiten. Buiten aangekomen, hoort Jomanda de man roepen: "Ik kan weer lopen, ik kan weer lopen." Jomanda holt naar buiten en vraagt: "Heeft mijn gebed zo snel geholpen?" "Nee," zegt de man, "mijn fiets is gejat."

Frieda's gedichtenhoekje of toch niet!? Oftewel iets over Drentse woorden, een uitstapje naar het Drents Woordenboek (van Hadderingh en Veenstra)/deel 1 door Frieda R.

Ik schrijf of plaats hier geregeld onder deze rubriek gedichten of iets algemeen over poëzie. Deze keer niet zo zeer gedichten, maar een uitstapje naar Drentse woorden, maar als voorbeelden zeker ook rijmpjes e.d. Ik heb de pech een partner te hebben die verzot is op boeken (verzamelen), Paul van der S. heeft een slordige 3700 boeken. Dus elke keer als hij of wij bijvoorbeeld naar een kringloopwinkel gaan, is het vaak prijs. Boeken, boeken en nog eens boeken. Een keer wees hij mij op dat Drents Woordenboek, één uit 1979. Ik was wel belangstellend, maar twijfelde (zie vele voorbeelden van mijn beslommingen en mijmeringen daarover, maken van keuzes ook) te veel. Ik legde het terug, maar Paul nam het toch mee, want hij zag dat ik het best wel een boeiend boek vond, met herkomst en zo van woorden in het Drentse dialect.

Nu dit boek weer eens opgepakt te hebben en er wat meer in gebladerd te hebben, heb ik ontdekt dat er best leuke wetenswaardigheden in staan. Ik zal er een bloemlezing van geven. Dus veiligheidsgordels vast en karren maar met een selectie van Drentse woorden, soms willekeurig soms met opzet. Soms om de interessante betekenis, leuke rijm of gezegdes. De aanvulling dat veel woorden afkomstig zijn uit het werk van o.a. Harm Tiesing, schrijver in Borger in 1853 geboren, maakt veel gebruik van het Oostdrentse veengebied (=Ti.), Jan Naarding, een Drentse schrijver uit Noordsleen en later Noordseschut, was niet onomstreden in de Tweede Wereldoorlog, na onderzoek lijkt die kou uit de lucht, al zijn er ook andere meningen (=Na.). Jan Poortman uit De Wijk 1897, schrijver, ook kenner van het Nedersaksisch, schreef net voor en net na het begin van de Tweede Wereldoorlog voor een pro Duitse boerenorganisatie. Hij ging in 1942 in het verzet onder de schuilnaam Chris Senior,, bleef wel schrijven, maar werd geen lid van de Kultuurkamer van de bezetter. Hij kreeg oorlogsonderscheidingen uit Nederland, Canada, Frankrijk en België (=Po..).

1. **A:** aachteroet – = achteruit. *Doe bins laang niet aachteroet* (Ti.) en betekent jij bent pienter. Aalden – = plaats. *In Aalden is niks te halen, As wat klompen en wat klossen, En wat magere ossen.* Een spotrijmpje uit de Nieuwe Drentsche Volksalmanak uit 1903. Aans – = anders. Bijvoorbeeld *aans wat* = iets anders. Uit dialect Gasselte. Achtentachteg – = achtentachtig. *'t hart slat hum achtentachteg* = hij zit in de rats. Uit Gasselte. Allergloependst – = *allerbarstens* = enorm, geweldig. *Wees allergloependst vezichtig* (uit proza en poëzie van Na.). appel-op-stokkien – = een schooljongensspel waarbij een appel op een stokje werd gelegd en de jongens vervolgens om het hardst naar de appel renden om zich er meester van te maken. Daarbij gold dat de jongen die de appel had, door de anderen aan het haar mocht worden getrokken en ook anders mocht worden aangegrepen, zolang hij de appel niet op had. Zie ook *plukhaore* – = plukhaar.

2. **B:** Baordbraander – = baardbrander = een kort pijpje (Po.).
3. **G:** Greswupper of graswupper – = sprinkhaan. Grommen – = licht sneeuwen (Gasselte). Grootbek – = brutaal iemand (uit Gasselte). Gröp (of grup of gruppe) – = greppel, 't *laand over de gröp* = het land over de grens, Duitsland (Zuidoosten, Zuidenveld), Ter Laan vermeldt tevens (Kornelis Ter Laan van o.a. het Nieuw Groninger Woordenboek en SDAP/PvdA politicus) De Gruppe – = volgens het Grenstraktaat met Hannover van 1824 wed er een grensgreppel gegraven, die (toen) op de *meeste* plaatsen nog zichtbaar was. Grummelig – = een beetje smerig, groezelig (Zuidwestdrenthe).
4. **H:** Halfboer – = boer die qua bezittingen tussen een volle boer en een keuter in stond (of staat), *zoowat 'n halfboer. Dan hef hie is 'n perd en dan is gienen. Hie hef 'n stuk of drie veer beesties.* (Ti.). Harregat – = uitroep van afkeer, ba. Hekkenspringers – = scheldnaam van de inwoners van Roden voor die van Norg (noorden en oosten), al geeft het *Woordenboek der Drentse dialecten* aan dat het hier om een benaming voor Eeldenaren gaat. Hoegen – = hunkeren (uit proza en poëzie van Na.). Holdert of hollert – = (het) beëindigen van het dagelijkse werk, wel toepasselijk voor de Holdert (bejaarden/verzorgingstehuis in Emmen). Iemshuuve – = bijenkorf (zie ook de vroegere huishoudschool en LEAO *De Iemshuuv* in Emmen), met een alleraardigst raadsel. *Achter in mien vaoders hof, Daor stiet 'n aol kepoetsmus, Zie schiett er in, zie miegt er in, 't Aold mannegien stipt zin brood er in.* (vertaald: *Achter in mijn vaders tuin, Daar staat een oude kapoetsmuts, Ze (de bijen dus) poepen erin, ze pissen er in, 't Oude mannetje stipt zijn brood erin.* (naar Tiesing in 'Driemaandelijksche bladen' uit 1904 en 'Drenthe' 1935).
5. **I:** Ieske – = *Ieske dieske do, Kompliment van jo, Kompliment van Ieske, Ieske, dieske, do!* Een aftelversje (uit 'Oeze Volk' 1962). Innie – = *Innie, minnie, mukker, Tien pond sukker, Tien pond ries, Doe bist nie wies.* Een aftelversje uit Gasselte.
6. **K:** Klikspaon – = klikspaan. *Klikspaon, malle moan, Duurt niet over 't stroatien goan. 't Hontien wil hum bieten, 't Kattien wil hum krabbeln, Dat komp van aal zien babbeln.* Versje waarmee kinderen die geklikt hadden, door de anderen werden uitgejouwd. In de *Geschiedenis van de Drentse literatuur, 1816-1956* staat een profiel van Albert Dening van 1873 uit Sleen, schrijver en o.a. ambtenaar begin 20^e eeuw in Zuidland op Voorne-Putten, dit komt uit 'Oet oes eigen Drenthe'. Kloek – = verstandig, pienter. "Wat bin je kloek", zee 't *wicht, "da'j now aal opmaarkt hebt dat mien naom Hillechien is."* (Ti.). Knibbeltien – = klein beetje, greintje. *Gien knibbeltien zeggenschap hebben.* Uit Zuiddrenthe, Zuidenveld. Kniepstuver – = gierigaard, eigenlijk knijpstuiver. Koeskas – = mengelmoes van eten. Uit Zuiddrenthe, Zuidenveld. Ko(e)veren – = Coevorden. *Koveren is 'n stad, .., Daolen is 'n gat, .., Wachtem, is 'n eendenpoel, .., Hesseln is 'n keuningstoel.* Een rijmpje op Coevorden, Dalen, Wachstum en Oosterhesselen, een type waarbij één of meer plaatsen worden geprezen en één of meer naburige plaatsen worden gekleineerd. Jan Uilenberg, omstreden door oorlogsverleden, schrijver van het gedicht 'Mijn Drenthe', de tekst van het officiële volkslied van Drenthe, uit 'Driemaandelijksche bladen' uit 1902/1907.

Bronnen: Dr. H. Hadderingh en Bart Veenstra, 'Drents Woordenboek' 1979,

Massiviteit

Het onvermijdelijke
is geen hinderpaal
die even in de weg staat
naar een massief blok beton

Die niet wil wijken
voor geen enkele kracht
Bevechten heeft geen zin,
dat leidt tot uitputting

Laat het zware betonnen bakbeest
voor wat het is, de tijd schrijdt verder
en laat zich niet achterwaarts dwingen
ook niet door heimwee, wroeging of verdriet

Het beton zal achterblijven
in de tijd en langzaam verrotten
als je er tenminste
niet bovenop bent gaan zitten

Wachten op betere tijden
heeft weinig zin,
die komen vanzelf
als je een richting vindt,

Weg van de betonnen zwaartekracht
Het zal je niet achtervolgen,
het is en blijft bewegingsloos
als het onvermijdelijke

@Alie Wiering

Van harte gefeliciteerd

1 oktober	Trienko
7 oktober	Peter H
9 oktober	Alissa
17 oktober	Ian
17 oktober	Harm H
27 oktober	Ronald

De kringloop

Hergebruik van goederen. Ik denk even aan het feit dat we weggooien zonde vinden en iets wat voor de 1 geen waarde meer heeft kan voor de ander heel waardevol zijn. In de vorige eeuw waren er weinig kringloopwinkels en ook veel rommelmarkten zag je nog niet. Weggooien was de eerste optie. Grof vuil, grote goederen die niet in de vuilnisemmer pasten werden 1 keer in de maand opgehaald. Je zag mensen die op de grof vuil ophaaldag langs de weg liepen en keken tussen de spullen die anderen weggooiden en keken of ze het nog konden gebruiken. Grof vuil, spullen die kapot zijn en spullen die overbodig zijn en in deze tijd kun je ze naar de kringloopwinkel brengen en worden ze weer verkocht en in omloop gebracht. In het mooie Emmen heb je nu een stuk of 4 kringloopwinkels die oude spullen opnieuw in omloop brengen. Van kleding tot meubels en van boeken tot muziek. Alles is er te koop. Iets kopen wat je op een gegeven moment niet mooi meer vindt en iets anders ervoor in de plaats. De economie en kopen en verkopen en het is niet de bedoeling dat je iets koopt voor de rest van je leven.

Weinig geld en weinig geld voor iets nieuws en dan is de kringloopwinkel een uitkomst en de handel gaat door totdat iets voor niemand nog waarde heeft. De rommelmarkt en handel in tweedehands goed en dit gaat van kopjes en schoteltjes tot boeken en wat al niet meer. Voor velen een sport en dan iets verdienen aan wat voor een ander geen waarde heeft. Speelgoed kopen we er wel eens. Voor onze kleinzoon en anders wordt het toch maar weggegooid. Kopen en ik koop ook wel eens iets voor de rest van mijn leven. Ook al is dat niet de bedoeling. Alles moet op een gegeven moment vervangen worden en plaats maken voor iets nieuws. Of iets ouds vervangen voor iets anders ouds. Genoeg in mijn eigen huis en iets nieuws kopen betekent dat iets ouds weg moet.

De kringloop en dan denk ik ook aan de kringloop van het leven en plaats maken voor. De lagere school en je maakt op een gegeven moment plaats voor een ander. Verhuizen van de ene naar de andere plek en je plekje wordt weer ingenomen door een ander. Werken en van baan naar baan en plaats maken voor. Smaak kan veranderen en zo komt er weer ruimte voor iets nieuws en wat voor jou oud is kan voor de ander nieuw zijn. En iets nieuws voor mij kan natuurlijk voor een ander weer oud zijn.. Hergebruik van mensen en goederen en zo maken we als mens ook steeds weer plaats voor een ander mens. Geboren worden en sterven zijn twee dingen die bij het leven horen en de kringloop van het leven. Jong zijn en vooruitkijken en ouder worden en terugkijken kun je ook zien als een kringloop en sterven en niets meer of de ziel gaat verder en een ander maakt plaats voor je.

En de kringloop van de aarde en de jaargetijden en elke keer weer lente, zomer, herfst en winter en de kringloop van de natuur. En het licht en het donker en elk jaar weer de langste dag. De aarde en de eeuwigheid en heeft de aarde het eeuwige leven en hoe lang duurt de eeuwigheid. Zonder tijd en zonder.. Het einde van de aarde en het einde van de kringloop of is dat er niet en is het de eeuwige kringloop.. Dat vraag ik me wel eens af en wanneer is het begonnen en wanneer eindigt het ??

Henk S

Interessante weetjes over de Herfst

Wist je dat mensen die geboren zijn in de herfst langer leven? Uit onderzoek blijkt dat mensen die in de herfst zijn geboren gemiddeld een half jaar langer leven dan mensen die in het voorjaar geboren zijn.

Wist je dat september de herfstmaand genoemd wordt? Tja, de reden dat deze maand zo genoemd wordt is omdat de herfst in september begint. Andere namen voor september zijn fruitmaand en gerstmaand.

Wist je dat in de herfst het land bemest wordt? De oogstrijd is in de herfst. Uien, aardappelen, suikerbieten enzovoort moeten uit de grond gehaald worden. De grond moet hierna wat extra's krijgen, de voedingsstoffen zijn in de producten gaan zitten, dus moet de grond bemest worden.

Wist je dat veel mensen spinnen koppelen aan herfst? Die associatie van spinnen en herfst klopt eigenlijk niet. Spinnen zijn er namelijk het hele jaar. Hoe komt het dan dat we bij spinnen vooral aan herfst denken? De spinnen zijn volwassen geworden en hierdoor dus gemakkelijker te zien. Spinnen worden in het voorjaar of in het najaar volwassen (uitgezonderd enkele soorten die in de winter volwassen worden). Zodra het kouder wordt zie je steeds minder spinnen, ze kunnen namelijk niet tegen vorst en gaan op zoek naar een warme plaats.

Door de mistige ochtenden ontstaan de mooiste parelsnoeren van bedauwde spinnenwebben.

Wist je dat dauw echt bij de herfst hoort? De nachten worden kouder, de grond koelt daardoor meer af. De waterdamp die onzichtbaar is en die in de warme lucht van de dag zit, condenseert tot dauw, waterdruppels.

Wist je dat veel dieren in de herfst voorbereidingen treffen voor de komende winter? Vogels en vlinders trekken naar het zuiden, andere dieren gaan extra eten om goed voorbereid aan de winterslaap te kunnen beginnen. De egel maar ook slangen, kikkers en padden, vleermuizen houden een winterslaap. Eekhoorns gaan niet in winterslaap maar leggen wel een voorraad aan in de herfst, kunnen ze in de winter lekker binnen blijven. De worm graaft zich in en de reeën en vossen krijgen bijvoorbeeld een dikkere vacht.

Wist je dat paddenstoelen ook niet iets is van alleen in de herfst? Paddenstoelen zijn vooral een vochtige omgeving nodig en ja daar is de herfst natuurlijk ideaal voor. De zomer is wel heel belangrijk voor het zien van paddenstoelen in de herfst, is het nat en warm in de zomer dan zie je veel paddenstoelen. Een droge, koude zomer geeft weinig paddenstoelen. Maar je kunt dus het hele jaar door paddenstoelen zien, behalve bij langdurige droogte in de zomer en veel vorst in de winter.

Wist je dat het verdwijnen van chlorofyl de oorzaak is van het verkleuren van de bladeren in de herfst? Het groen kleurende chlorofyl verdwijnt in de herfst. Eigenlijk zitten oranje en geel altijd wel in het blad, maar in de zomer kunnen je die kleuren niet zien omdat het groen kleurende chlorofyl er over zit. En nog een laatste.....

Balans

Ik denk even aan het boekhoudkundige evenwicht. De schulden en de bezittingen en de linker en rechterkant met een gelijk totaal. Het verschil is het verlies of de winst. Het financiële plaatje en wat komt er binnen en wat geef je uit en het verschil. De inkomsten bepalen de uitgaven en voor velen binnen het inloophuis bepaalt een minimumuitkering de inkomstenkant en dat zorgt er dan voor dat je minder uit kan geven dan bijvoorbeeld iemand die werkt. Aan het eind van mijn geld heb ik een stuk maand over.

Balans in het leven en ik ken velen bij wie die balans verstoord is en dit is niet leuk. De psychiatrie en velen zoeken hulp bij het terugvinden van die balans. Soms is het ziek zijn en is medicatie nodig voor het terugkrijgen van die balans. Een complexe samenleving kan ook zorgen van een verstoring van de balans en ook dit zie je veel. Verwarde mensen zijn er op dit moment ook veel. Verward door ziekte of door wat ze hebben meegemaakt en het falen van de samenleving. Verwarring en verwarde mensen zorgen ook voor veel overlast en zelf doorhebben dat je verward bent en hulp nodig hebt is de eerste stap. En wat is uit balans zijn... Zelf heb ik ook ervaring met het uit balans zijn. En dan hulp zoeken en weinig hulp ervaren en uiteindelijk ben ik op eigen kracht weer in balans gekomen. Soms ben je hulp nodig en een steuntje in de rug en ik ben er van overtuigd dat het inloophuis voor velen een steun is bij het vinden van en voor het in balans blijven natuurlijk. Lichaam en geest en balans en geven en nemen en vaak is het als het om de balans gaat een kwestie van geven en nemen. Een ideale wereld is er niet en de perfecte mens moet nog geboren worden..

Balans en ik woon nu meer dan 20 jaar samen met Alie en we zijn van die 20 jaar meer dan 16 jaar getrouwd. Een contract en samen lief en leed delen en vooral geven en nemen. Water bij de wijn doen zagezegd en dat kan er voor zorgen dat de wijn niet echt lekker meer is. Ik noem het dan maar even geven en nemen en onderaan de streep hebben we het beide naar onze zin. Winst en verlies en soms geef je en soms neem je. Het inloophuis is een samenleving op zich met verschillende mensen en met veel meningen en ook dan is het geven en nemen met uiteindelijk voor de meesten een leuke balans.

De balans en de balans opmaken. Veel bedrijven doen dit aan het eind van het jaar. Of tussentijds na een kwartaal. Leven en ik maak ook af en toe de balans op. Even tijd nemen om terug te kijken en de plussen en minnen op een rijtje zetten en kan het anders en kan het beter... Ik kan het iedereen aanraden. Neem af en toe even de tijd om terug te kijken en maak de balans op en wees niet te streng voor jezelf. Je bent een mens en de meeste mensen zijn niet perfect of moet ik schrijven: Niemand is perfect !!

De aarde en de balans tussen de aarde en alles wat er van afhankelijk is en soms maak ik me daar wel zorgen over. Vragen we als mensen niet te veel van de aarde en van de planten en de dieren. Als mens zijn we verantwoordelijk voor de aarde en moeten we ook af en toe de balans opmaken wat dat betreft. En beslissen of het anders moet of beter kan. De balans en hoe belangrijk dit is. In het klein en in het groot !!

Henk S

Koffie

Koffie weetjes waar je waarschijnlijk nog nooit van gehoord hebt.

Voor degenen die genieten van koffie of gewoon geïnteresseerd zijn om meer te leren over dit magische drankje volgen hier enkele interessante **koffie weetjes**.

1. Ontdekt door een geit

Ja, dat heb je goed gehoord – koffie werd allereerst ontdekt door een geit! Specifieker was het een jonge geitenhoeder in de 9e eeuw, [Kaldi](#) genaamd.

Hij merkte dat zijn geiten zich vreemd gedroegen wanneer ze koffievruchten aten, dus probeerde hij het zelf.

Dit verhaal is pas in de 16e eeuw opgeschreven, maar ik vind het een leuk idee en het klinkt niet onlogisch.

2. Is er niet alleen bij Starbucks

In de hedendaagse populaire koffiecultuur is het merk **Starbucks** in bepaalde kringen bijna een synoniem van koffie geworden, en wordt het door sommige mensen tot waanzinnige hoogten opgehemeld. Misschien ben ik wat dramatisch, maar het is een feit dat de beste koffies die ik in mijn leven heb geproefd van kleine en onbekende koffieproducenten afkomstig waren.

Hou dat dus in je achterhoofd wanneer je ergens in een onbekend gebied op zoek bent naar koffie, en probeer eens op 'koffie' in plaats van 'Starbucks' te zoeken in de kaart van je smartphone.

3. Licht heeft meer Cafeïne dan Donker

In tegenstelling tot wat vaak gedacht wordt bevat koffie met een lichte branding meer **cafeïne** dan donker gebrande koffie. De reden is dat er meer cafeïne uit de boon wordt gebrand naarmate de koffie langer geroosterd wordt.

Het werkt bijna hetzelfde als koken met wijn of alcohol, zoals bijvoorbeeld met fondue.

4. Espresso is GEEN Boon

Espresso is geen bepaalde bonensoort, het is een drank.

Specifieker gezegd, het is een van de manieren om koffie te zetten.

Ik denk dat veel van de misverstanden rondom espresso het gevolg zijn van producten als chocoladekoffie-espressobonen en espressomelanges.

Mensen zien die labels en trekken de conclusie dat **espresso** een boon is, terwijl de namen in feite slechts marketing zijn.

5. Komt uit een Vrucht

Koffie komt uit een boom of struik met vruchten.
De koffieboon is het zaad dat zich in die vruchten bevindt.
Als koffie zelf niet zo waardevol en lekker was, denk ik dat de **koffievruchten** bij de groenteboer verkocht zouden worden. De smaak ervan wordt beschreven als licht en zoet, met een vleugje honing, perzik en watermeloen.

6. Het was Illegaal

Koffie is drie keer illegaal verklaard in drie verschillende culturen.

De eerste keer was in Mekka in de 16e eeuw, en het verbod werd opgeheven na dertig jaar van debatten tussen wetenschappers en juristen.

De tweede keer banden Charles II koffiehuisen in Europa in een poging om de rebellie van dat moment de kop in te drukken.

De maatregel werkte echter niet (mensen hebben hun koffie nodig!)

De derde keer, in 1677, banden Frederik de Grote de drank in Duitsland omdat hij zich zorgen maakte om de economische gevolgen van al het geld dat het land verliet om de populaire koffie te kopen.

(Verschillende religies, die hier niet genoemd zijn, verbieden koffieconsumptie ook; die regels gelden vaak nu nog)

7. Meer Dan 50 Soorten

Wereldwijd bestaan er meer dan 50 soorten koffie.

Toch worden er maar twee, **arabica** en **robusta**, doorgaans voor commerciële productie gebruikt.

8. 500 Miljard Kopjes Gedronken

Ieder jaar worden er meer dan 500 miljard koppen koffie gedronken, en meer dan de helft daarvan wordt bij het ontbijt gedronken (of moet ik 'voor het ontbijt' zeggen?)

9. Brandstof

Koffie kan worden gebruikt als **autobrandstof**.

Hoewel het op dit moment niet erg efficiënt is, is het goed om te weten dat er alternatieven zijn die niet alleen onze lichamen, maar ook onze voertuigen aan kunnen drijven.

10. Op Eén Na Meest Verhandelde Grondstof

Koffie is de op één na meest verhandelde grondstof ter wereld, waarbij alleen olie hoger staat.

En nu we weten dat het ook als brandstof gebruikt kan worden, zal het vast niet lang meer duren voor het nummer 1 is.

de laatste rebel !!

Rebel :Iemand die het waard vindt te vechten voor een beter bestaan of iemand die in opstand komt !!

De laatste rebel. Een liedje van mijn favoriete Amerikaanse band. Lynyrd skynyrd. Southern rock en hun wortels liggen in de jaren 70 van de vorige eeuw. Dromen en ik kan heerlijk wegdromen bij dit nummer. Als laatste overblijven en vast blijven houden aan je idealen. Iedereen is dood en je bent overgebleven en rijdt op je paard door het land. Zoekend en dromend van betere en vroegere tijden. En je gaat door. Rebellen en de Amerikaanse betekenis en Rebellen en de Nederlandse betekenis en zijn er wel echte rebellen in ons land.....Tegen de stroom in en we willen allemaal met de stroom mee. Niet opvallen en ook dat is iets wat ik niet doe. Vind het leuk om met mijn rode hoed op te vallen. De enige te zijn die met een rode hoed oploopt en de enige te zijn die vast blijft houden aan zijn idealen. Tegen de handel en tegen... en tegen de stroom in. Tja uren zwem je tegen de stroom in en je wordt moe en geeft het op en binnen tien minuten ben je weer terug bij af. Met de stroom mee is veel gemakkelijker en het brengt je veel verder. Tegen de stroom in kost gewoon veel meer kracht.

Het waard vinden om te vechten en te schrijven over mijn idealen en maar hopen dat het wordt begrepen en dat mensen er iets mee doen. Ook er niets meedoen is iets. De wet en ik hou me braaf aan de wet en ik ga toch mijn eigen gang en ik doe er iets mee. Rebels zijn is meer dan met de stroom mee gaan en dan vast blijven houden aan mijn dromen en aan mijn ideaalbeeld van de wereld en hoe je als mens mens kunt blijven in al die gekte om je heen.

Gekte en de meeste mensen vinden die gekte normaal en doen mee. Leuk is dan kritisch te zijn en kritisch te blijven. De wet en ik denk aan mijn oom die aardappelen moest poten voor de Duitsers in de tweede Wereldoorlog. Hij pootte ze braaf maar zo diep dat ze niet opkwamen en hij hoefde het niet meer te doen. Ook verzet en op een manier die leuk is. De laatste rebel zijn en de laatsten van een uitstervend ras. Iets te negatief en ik denk dat er heel veel mensen zijn die niets hebben met de economie en met het geld en met het kapitalisme en die hun eigen gang in deze wereld. Zonder deze mensen kunnen we ook niet. Samen een voorbeeld zijn voor de massa en samen een druppel op de gloeiende plaat en uiteindelijk doet iedereen mee. Ook 1 van mijn dromen. Op mijn bankje aan de doorgaande weg en iedereen rijdt auto en ik droom van een lange rij fietsende en lopende mensen en geen enkele auto meer. Zal wel nooit uitkomen en de massa blijft gewoon met de stroom mee gaan en laat zich willoos meevoeren met de stroom. De laatsten die zich zullen verzetten en die het nooit zullen opgeven. Dromen en vooral blijven dromen van en uiteindelijk zullen de laatsten de eersten zijn !! Rebellen en de geschiedenis en de rebellen geven en gaven het leven en de geschiedenis kleur en zorgen en zorgden voor verschil en het verschil maken in een verder kleurloze massa blijft leuk en het zorgt voor veel positieve energie !! Voor mij en ook na mij zullen en er steeds weer mensen zijn die opstaan en die anders zijn en het anders zullen zien en uiteindelijk krijgen we dan een wereld zonder gekte en zonder.... en dat is denk ik weer iets te positief...

Henk S

Menu van de maand

Aardappel - Griekse aardappelschotel

Aantal pers. 4
Bereidings 20 min, wachten 45
tijd: min
Menugang: hoofdgerecht

Ingrediënten

- 1 aubergine, in blokjes
- 3 eetlepels olijfolie
- 1 zak paprika's rood, groen, geel
- 2 uien, gesnipperd
- 300 g rundergehakt
- 1 pot aardappel anders bacon ui (290 ml)
- 100 ml melk
- 2 zakken krieltjes klein (a 450 g)

Materialen

- [ovenschaal](#) inhoud ca. 2 liter

Bereidingswijze:

Bereiden

Stap 1 Verwarm de [oven](#) voor op 180 °C. Schep de aubergineblokjes in een vergiet om met 1 eetlepel zout en laat ze 10 minuten staan. Spoel de blokjes af onder de kraan en dep ze droog met keukenpapier. Roerbak de aubergine in 2 eetlepels olijfolie met de paprika en 1 gesnipperde ui 5 minuten op hoog vuur en schep ze in de [ovenschaal](#). Stap 2 Bak het gehakt in de rest van de olijfolie rul, voeg de tweede gesnipperde ui en zout en peper naar smaak toe en roerbak nog ca. 3 minuten. Schenk de Aardappel Anders in een maatkan, schenk de melk in de pot, schud de inhoud met de [dekse](#)l erop los en roer dit bij de saus in de maatkan. Stap 3 Schep de gehaktsaus op de groenten in de [ovenschaal](#), verdeel de krieltjes erover en schenk gelijkmatig de Aardappel Anders erop. Zet de schotel 45 minuten in de [oven](#).



Agenda voor de maand oktober 2016



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 3 oktober** is er een vergadering. Een ieder is welkom en we beginnen even na 13.00 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 4 en 18 oktober. We vertrekken om 13.30 uur vanaf het inloophuis. Bij goed weer en begaanbare paden kiezen we voor een boswandeling. Minimaal 4 deelnemers. Gratis

Bezoekersoverleg

Donderdag 13 oktober. 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 14 oktober en 28 oktober** Darten. Aanvang 14.00 uur. Meedoen kost maar 50 eurocent.



klaverjassen

Donderdag 13 oktober beginnen we met de klaverjascompetitie. Aanvang 19.15 uur en meedoen kost maar 1 euro en 50 cent



Historische Stadswandeling

Op zondag 16 oktober onder leiding van gids

Paul v.d. Sluis

Verzamelen om 13.00 uur bij het Inloophuis. Na afloop een heerlijke kop soep. Meewandelen kost maar 1 euro !!

Film

Op **vrijdag 21 oktober** is er een filmmiddag.

We starten de film tussen 13.30 en 13.45 uur.

De film wordt samen gekozen. Gratis !!



In oktober is het ook nog de bedoeling een keertje uit eten te gaan. Restaurant en datum in overleg. Meer info bij Gini

Op **zondag 2 en zondag 16 en zondag 30 oktober** zijn we geopend van 13.30 tot 16.00 uur.



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

Menulijst oktober 2016

Maandag 3 oktober	Aardappelen, sperziebonen en een slavink
Dinsdag 4 oktober	Hachee met aardappelen en rode kool
Woensdag 5 oktober	Penne met gehakt, groenten en tomatensaus
Donderdag 6 oktober	Stamppot zuurkool met ananas en een saucijs
Vrijdag 7 oktober	Nasi met satésaus
Maandag 10 oktober	Spaghetti
Dinsdag 11 oktober	Bruine bonen, spekjes en salade
Woensdag 12 oktober	Aardappelen, warme rode bieten en een karbonade
Donderdag 13 oktober	Kip Tandoori
Vrijdag 14 september	Spruiten ovenschotel
Maandag 17 oktober	Gebakken aardappelen, bloemkool en een schnitzel
Dinsdag 18 oktober	Lasagnette
Woensdag 19 oktober	Stamppot rauwe andijvie met een rundervink
Donderdag 20 oktober	Rijst met kip kerrie
Vrijdag 21 oktober	Tortilla's
Maandag 24 oktober	Chili con carne met een salade
Dinsdag 25 oktober	Menu van de maand: Griekse aardappelschotel
Woensdag 26 oktober	Kapsalon a la Özkan
Donderdag 27 oktober	Roti
Vrijdag 28 oktober	Rijst met kip in zoet zure saus
Maandag 31 oktober	Bami met satésaus