

Dit is een uitgave van:
Het Inloophuis de Emmerdennen
Boslaan 135, 7822 EP Emmen.

Tel.: 088-8789628

Internetplekje : www.inloophuisemmen.nl

Redactie: Paul v.d. Sluis, Frieda Reiche en Michel Goudriaan

Eindredactie: Henk Staats.

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

Hallo allemaal,

Vandaag is het 8 augustus en nog volop zomer. Het weer is even wat minder maar wat is minder ? Velen zitten niet te wachten op 30 graden en vinden 20 of 21 graden ook genoeg. Tot nu toe een ouderwetse Nederlandse zomer met af en toe regen en ook de zon laat ons niet in de steek. En wie weet wat de zomer ons nog brengt.

De olympische spelen zijn weer begonnen en ik hoorde vanmorgen in het Inloophuis al iets over de prestaties van de Nederlanders. Het zorgt weer voor veel kijkplezier. Zelf kijk ik niet.

Gini en Lyset hebben nu vakantie en het Inloophuis wordt even een paar weken gerund door Arjan en Michel en natuurlijk de vrijwilligers en ook zonder de bezoekers heeft het Inloophuis geen waarde. Activiteiten en deze liggen in augustus ook even stil. De jaarlijkse barbecue was al in juli en ook die was de moeite waard. Vakantietijd en het is wat rustiger in het Inloophuis. Genieten van het mooie zomerse weer en zelf geniet ik het meest van het vele licht in de zomer. Bij het opstaan kan de zon al schijnen en tot ver in de avond is het licht buiten en dat is in de winter wel anders.

De Inlooper van september is dus bijna af. Dit voorwoord is het laatste stukje. Weer 26 pagina's met voor elk wat wils. Paul v.d. S en Frieda met hun vaste rubrieken, de moppentrommel van Tinus en een paar artikelen die ik tegen kwam op het internet en die ik met jullie wil delen. Zelf heb ik een eigen internetplekje waar ik regelmatig stukjes op plaats en omdat niet iedere lezer internet heeft en die stukjes leest, plaats ik een aantal van die stukjes ook in dit blad. Verder probeer ik iedere keer ook wat nieuws te plaatsen. Dus niet eerder ergens anders te lezen. Verder vanaf dit nummer een uitgebreide agenda verdeeld over twee pagina's en er is in de maand september weer genoeg te doen. Met o.a. **een vaartochtje op het Zuidlaardermeer op 21 september**. En natuurlijk de menulijst en het menu van de maand.

Wil je ook iets delen met de andere lezers dan is dat van harte welkom !! Kopy voor het oktober nummer moet voor vrijdag 9 september binnen zijn. Dit kan via mail of even afgeven aan mij in het inloophuis.

Rest me nog een ieder veel leesplezier toe te wensen en tot de volgende keer !!

Henk Staats

Inhoudsopgave

	Pagina
Voorwoord	2
Inhoudsopgave	3
Wat en voor wie is het Inloophuis	4
Huisregels	5
Motivatie	6
Diverse uitslagen	7
Van harte gefeliciteerd	7
Minimaliseren	8
Moppentrommel	10
De toekomst en dromen	11
Als je je doel verloren bent	12
Frieda's beslommeringen	14
Emmen maak het mee	17
Strompellicht	18
Lieve allemaal	18
Go with the flow	19
Wisten jullie dat ?	20
Taal	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

Motivatie

Zin om iets te doen

Zin hebben om iets te doen en hoe belangrijk dit kan zijn. Eind jaren tachtig had ik nergens meer zin in. Te vaak mijn hoofd gestoten en te vaak op mijn bek gegaan en ik geloofde het allemaal wel. Voor mij de reden om te kiezen voor een lang verblijf in "Licht en kracht" in Assen. Het gekkenhuis in de volksmond. Later was het voorkomen van een nieuwe opname de motivatie om door te gaan. Motivatie en hoe belangrijk dat kan zijn. Een gebrek aan motivatie kan zorgen voor niets en niets doen. Doet me denken aan een artikel geschreven door Lout voor dit blad. Over participeren en meedoen in de samenleving. Hoe steeds maar weer tegen je grenzen aanlopen en steeds maar weer op je bek gaan ervoor kan zorgen dat je kiest voor niets en voor een rol aan de zijlijn zonder mee te doen. Dat hoeft niet de enige reden te zijn en dan denk ik aan medicijnen en de bijwerkingen en aan bijvoorbeeld een depressie. Ook dat kan zorgen dat je geen zin meer hebt en niet meer mee wil en kan doen.

Motivatie en een aantal jaren geleden ben ik begonnen met een internetplekje en met schrijven en delen. Had ik zin in en ik wilde iets met mijn leven gaan doen en me uiten en mezelf beter laten zien. Geen zin in om tot mijn dood niets te doen en geen zin in om anoniem door het leven gaan. Nu noemen ze zoiets een blog en ik heb nu mijn eigen blog waarop ik regelmatig nieuwe stukjes plaats.

Passiviteit en niets meer willen en niets meer kunnen en geen zin meer hebben in en zo'n periode heb ik dus ook meegemaakt. Medicijnen en elke 4 weken een nieuwe dosis en hoe dit je mens zijn beïnvloedt. Nu een pilletje en veel minder bijwerkingen en ruimte en het is weer helder in mijn hoofd.

Gemakkelijk praten is het wel om te zeggen dat bijvoorbeeld een ieder iets moet doen voor bijvoorbeeld zijn uitkering en dat de samenleving ook genoeg mogelijkheden biedt als het gaat om bijvoorbeeld dagbesteding onder begeleiding. Hoe complex het bijvoorbeeld is geworden om met begeleiding iets te doen. Verschillende zorgorganisaties die iets aanbieden met weinig samenwerking tussen die organisaties en hoe geld dan weer een rol speelt. Geld zorgt er ook voor dat er minder mogelijkheden zijn als het gaat om die dagbesteding. En vrijwilligerswerk is niet voor een ieder een optie. Ook het inloophuis wordt gezien als dagbesteding. Zonder indicatie en zonder verplichtingen. Lotgenoten ontmoeten en eten en drinken voor een betaalbare prijs.

Zin hebben in en hoe een gebrek aan zin hebben een probleem kan zijn. Voor jezelf vaak niet maar voor de samenleving vaak wel. En wat doet de samenleving er dan voor zodat je wel zin krijgt in. Rechten en plichten en dan vind ik dat de samenleving als het om plichten gaat in gebreke blijft. Een samenleving waarin het gaat om de prestatie en meer en meer vergeet vaak de zwakkeren. Ook die horen erbij en ze alleen maar wijzen op hun plichten.... Dan vergeet je dat ze vaak wel willen maar niet meer kunnen. En dat is jammer. Redenen en vaak zijn er redenen genoeg om geen motivatie meer te hebben en ook dat wordt vaak niet begrepen. Mens zijn en als mens gezien worden. Alleen maar gezien worden als iemand die geld kost of niets meer kan helpt niet !!

Henk Staats

Uitslag bowlen juni 2016

1. Paul F 220 punten
2. Marco 197 punten
3. Sisca 190 punten
4. Henk S 189 punten

Eindstand bowlen 2015/2016

1. Paul F 1027 punten
2. Marco 1012 punten
3. Henk S 904 punten
4. Sisca 898 punten

Uitslag klaverjassen juni 2016

1. Marcel 2545 punten
2. Wietse 2309 punten
3. Henk S 2233 punten
4. Tinus 1829 punten

Einduitslag Klaverjassen 2015/2016

1. Marcel 15220 punten
 2. Henk S 15069 punten
 3. Tinus 14485 punten
 4. Derk 13119 punten
 5. Gini 13023 punten
-

Van harte gefeliciteerd !!

3 september: Sonja F. en Wilfred

9 september: Harry G.

16 september Linda K.

20 september: David

25 september: Thea

29 september: Paul F. en Lien D.

Minimaliseren: 5 levensveranderende dingen die gebeuren als je minimaliseert

In ons dagelijks leven worden we gebombardeerd met berichten over het heersende consumentisme en over geld. We zien advertenties om elke hoek, omdat onze economie bloeit wanneer mensen dingen kopen die ze eigenlijk niet nodig hebben.

We worden misleid door reclames, die ons willen doen geloven dat onze aankopen de sleutel tot geluk zijn, terwijl het in werkelijkheid echt begint bij ons zelf.

Gelukkig komt minimalisme de laatste tijd steeds meer in trek, aangezien meer mensen zich realiseren dat het geen nut meer heeft om maar schaamteloos te consumeren. Als jij genoeg hebt van het idee dat meer spullen gelijk staat aan meer geluk en je zou wel wat willen minimaliseren...

5 levensveranderende dingen die gebeuren als je gaat minimaliseren:

1. Je hebt veel minder om je zorgen over te maken

Als je afstand doet van het eindeloze, niet bevredigende patroon, van in de schulden komen door dingen te kopen die je eigenlijk niet nodig hebt, dan zul je een erg aangename realiteit ontdekken aan de andere zijde van dat – één van zuivere vrede en zaligheid! Uiteindelijk bezit je niet werkelijk de dingen die je koopt; het eindigt in plaats daarvan met dat het jou bezit. Dus als jij al het wildgroei aan spullen in je huis reduceert en je meer de focus legt op aanhoudende bronnen van geluk binnen in jezelf, dan zul je een grote hoeveelheid stress en angst uit je leven elimineren.

Veel mensen melden dat de financiën de belangrijkste bron van stress zijn in hun leven, dus door drastisch te bezuinigen op je consumpties, voel je een enorm gewicht van je schouders getild worden.

2. Je voelt je bevrijdt van de verwachtingen van anderen

Veel mensen kopen nieuwe dingen boven hun budget om eenvoudigweg indruk te maken op anderen. Ze willen dat anderen ze opmerken, ze loven en zich gelukkig voor ze voelen. Echter zal die tijdelijke bevrediging die je verkrijgt van andermans erkenning snel vervagen en je zult meer moeten kopen en je meer moeten schikken om hun aandacht te behouden.

Wanneer je een meer minimalistische levensstijl aanneemt, zul je gaan herinneren wat er werkelijk toe doet in je leven. Dan zie je dat je geen indruk hoeft te maken op anderen; het enige wat je hoeft te doen, is je tevreden te voelen met jezelf en dat komt van je eigen hart. Zolang je van jezelf houdt en trouw blijft aan je eigen karakter, kan niemands mening er echt toe doen. Je kunt één outfit hebben om te dragen en één matras om op te slapen, maar zolang jij je vervuld voelt aan het einde van de dag, kan geen geldbedrag of enig bezit dat gevoel vervangen.

3. Je zult meer geld te besteden hebben voor leuke ervaringen

Een extra bonus als je een simpelere levensstijl er op nahoudt, is dat je een hernieuwde interesse zult vinden, door je geld uit te geven aan het creëren van herinneringen in plaats van aan dingen. Studies wijzen ook uit dat mensen die hun geld uitgeven aan ervaringen in plaats van aan dingen, uiteindelijk veel gelukkiger zijn. Minimalisten waarderen een reis rond de wereld meer dan de aankoop van een nieuw maatpak en het is wel duidelijk om te zien waarom.

We willen allemaal gewoon wat voelen en ware betekenis vinden in het leven; nieuwe mensen ontmoeten, niet in kaart gebrachte gebieden ontdekken en groeien als iemand ons een kans aanbiedt om ons levendig te voelen. Maar kun je datzelfde zeggen over nieuwe kleding, een huis en andere materialistisch voorwerpen?

4. Je zult je veel beter op je passies kunnen focussen

Door minder tijd te besteden aan het zorgen maken over wat voor nieuws je nu weer moet kopen om oude dingen te vervangen die niet meer "trending" of hip zijn, kun je je aandacht beter richten op de dingen waar je echt gepassioneerd door raakt. Misschien wacht je maar steeds op het moment om te trainen voor een marathon of om op verkenning uit te gaan in jouw leefgebied, of misschien wil je wel heel graag schilderles nemen bij het lokale museum. De mogelijkheden zijn eindeloos wanneer je weg streept wat jou bezwaart en jij jouw energie gekund richt op jouw ware persoonlijke wensen en verlangens.

5. Je creëert meer fysieke ruimte en ook mentale ruimte

Minimaliseren gaat veel verder dan ruimte opruimen in huis; het reinigt je ziel en het revitaliseert je hart. Het bekrachtigt je en het bevrijdt je en helpt je alle idealen die tot teleurstelling en stress lijden in de 'rat race' achter je te laten. Het geeft helderheid en de mogelijkheid om opnieuw te beginnen met frisse ideeën en ingevingen over wat je wilt bereiken. Het biedt je een bron van inspiratie over wat je wilt bereiken en het biedt je mogelijkheden om te ontdekken hoe je de ware essentie van het leven kunt vangen.

Minimaliseren gaat niet alleen om reductie van fysieke spullen; het gaat in wezen om een wereldwijde revolutie, een uitbreiding van bewustzijn dat de mensheid wil helpen bloeien, niet alleen overleven. Onthechting van bezittingen betekent dat je voorbij de oppervlakkige werkelijkheid kunt kijken, een werkelijkheid gecreëerd door mensen die alleen maar geïnteresseerd zijn in verdienen, welleenswaar binnen je creatie van je eigen ziel.

Deze reis zal je helpen los te breken van de moderne manier van leven, je zult een nieuw leven binnen gaan, een opwindende wereld dat zich zal laten zien vanuit jouw hoogste verlangens – en niemand kan jou dat afnemen.

Geld en bezittingen zijn tijdelijk, maar herinneringen en ervaringen maken een onuitwisbare indruk op jouw ziel!

Bron: <https://www.nieuwetijdskind.com>

Moppentrommel

2 Dronkenlappen zitten elkaar aan te kijken. "Ik zie alles dubbel," zegt de een. "Ik ook," antwoordt de ander. "Laten we dan met z'n vieren gaan klaverjassen."

Zegt een man in een restaurant: "Ober, mijn servet zit vol met eivlekken!" Ober: "Excuses, dan is ie waarschijnlijk verkeerd gevouwen!"

De boer heeft geldzorgen en schreeuwt tegen zijn vrouw: "Kon jij tenminste maar eieren leggen, dan konden we de kippen verkopen!" Waarop de boerin terugschreeuwt: "En als jij je plicht als echtgenoot deed, konden we zelfs de knecht ontslaan!"

Na van zes hoog naar beneden te zijn gevallen, is een bouwvakker overleden. Zijn collega's zitten met het probleem wie het aan zijn vrouw gaat vertellen. Uiteindelijk biedt zich een vrijwilliger aan. Deze verlaat de bouwplaats, en keert na ca. een uur weer terug met een kratje bier in zijn handen. Zijn collega's begrijpen er niets van en vragen hoe dit zo tot stand is gekomen. De man zegt: "Ik ging naar zijn vrouw toe en vroeg: Bent u weduwe Jansen. Zij zei: Nee! Ik zei toen: Wedden om een kratje bier!"

Boer Biet vindt de jenever veel te duur en daarom stookt hij het zelf. Alles gaat heel lang goed tot de politie een inval doet. Ze vinden alleen het apparaat en geen druppel drank. We moeten u toch een bekeuring geven, zegt een van de agenten. Je mag nu eenmaal zo'n apparaat niet in je bezit hebben. "Zo, ik krijg dus een bekeuring," antwoordt boer Biet. "Mooi is dat. Arresteert u me dan gelijk maar voor verkrachting." "Hebt u dan ook nog iemand verkracht?" "Helemaal niet. Maar het apparaat daarvoor heb ik wel in mijn bezit."

Ober tegen een gast: "Eet u wild?" Gast: "Nee, heel rustig."

Een man komt bij een dierenwinkel om een hond te kopen. Hij kiest er één uit en vraagt aan de verkoper of de hond wel trouw is. Verkoper: "Zeker, meneer! Ik heb hem al drie keer verkocht en hij komt steeds weer bij me terug!"

Een collega van me had een zusje dat op de kleuterschool zat. Op een morgen kwam een brandweerman de kinderen daar uitleggen hoe je met "stoppen-liggen-rollen" brandende kledingstukken kunt doven. Hij demonstreerde de methode en vroeg daarna aan een jongetje: "Johny, wat zou je doen als je jas in brand stond?" "Hem niet aantrekken!" zei het jongetje prompt.

Aan de hemelpoort staat een installateur die pas 36 jaar is geworden. "Waarom heb ik zo jong moeten sterven?" vraagt hij verwijtend aan Petrus. Petrus zoekt het op in zijn grote boek. Dan zegt hij: "Jong?" Als ik alle uren die je je klanten heb berekend bijeentel zou je nu 97 jaar moeten zijn."

Gesprek op een politiek feestje: "Leuk om u nu eindelijk eens te ontmoeten, ik heb al zoveel over u gehoord." "Dat kan best, maar u kunt toch niets bewijzen."

Hoe was de biefstuk, meneer? "Veel te klein voor zijn leeftijd, kelner!"

De toekomst en dromen

De toekomst en in 1987 na de geboorte van mijn nichtje was ik hier veel mee bezig. Ook toen ging het veel mensen alleen maar om meer en meer en ik zag in mijn gekte nog veel meer gekte. Voor mijn toenmalige hulpverleenster een reden om me mee te nemen naar een psychiater en voor die psychiater was mijn verhaal een reden om me gedwongen op te laten nemen. Lang geleden en veel weet ik er ook niet meer van. Een periode van in en uit de inrichting brak aan en veel mee gemaakt en veel gezien en gehoord. Denk meestal met niet al te veel plezier terug aan die periode.

Nu in 2016 is er in sommige opzichten niet veel veranderd. De handel en het geld speelt in de leven van veel mensen een voorname rol en meer en meer en nooit genoeg is voor veel mensen het allerbelangrijkste. Problemen en de waan van de dag regeert. Terreur en meer. Problemen en de toekomst en dan heeft men het soms over de vele vele mensen op deze planeet en het klimaat. Klimaatverandering zogezegd en de oorzaak en de meningsverschillen. Komt het door de nooit genoeg houding van de mens of kan de mens er niets aan doen en hoort het bij het leven op deze planeet.

Pessimisten hebben het over het einde en denken dat de aarde het op een gegeven moment niet meer aan kan en zal vergaan. Meer en meer en nooit genoeg en de aarde zal op een gegeven moment niet meer aan de vraag van die hebzucht kunnen voldoen. Klimaatvluchtelingen is de toekomst en op veel plekjes op deze mooie aarde wordt het leven onmogelijk en geen eten en drinken meer. De overbevolking en meer en meer mensen. Te veel voor deze planeet en te veel wensen en te veel gekte. Problemen waar je niet veel over leest en ziet. Het klimaat en de overbevolking. De toekomst zal het leren en kunnen we ook deze problemen oplossen ? Soms denk ik van wel en soms denk ik van niet. Kinderen en we hebben de aarde in bruikleen van onze kinderen en moeten de aarde ook in goede staat achterlaten voor de mensen die na ons komen. Een andere aarde is er niet of is het nog niet...

De toekomst is ongewis en meestal niet te voorspellen. In de jaren 70 ging ik naar de Mavo en ik ken nog de voorspellingen en statistieken over bijvoorbeeld het aantal inwoners van ons land in het jaar 2000 en andere ontwikkelingen en heel vaak hadden ze het mis. Meer en meer en nooit genoeg zal wel doorgaan en verder hangt het natuurlijk van de mens af. Zelf hoop ik dat we meer en meer zullen gaan kiezen voor minder en minder en genoeg is genoeg. En de aarde en de natuur gaan zien als iets wat waardevol en onvervangbaar is. De mens is tot veel in staat maar de natuur heeft altijd het laatste woord.

Mensen die gaan voor de natuur en gaan voor minder en minder kom ik nu ook tegen en jammer genoeg zijn dat **nu** nog uitzonderingen. Misschien komt er een tijd dat we geen keuze meer hebben en moeten. Ook dit zal de tijd leren.

De toekomst en dan ben ik niet zo negatief. De kleuters van nu zullen het denk ik als het gaat om materie en bezit niet veel beter krijgen dan hun ouders en verder is er veel mogelijk. Overvloed en we leven in een tijd van overvloed als het om eten en drinken en meer gaat en ook dat zal denk ik niet zo blijven. Dromen en mooie dromen heb ik genoeg en dan gaat het niet om het vechten en om strijd maar steeds meer om **samen en delen** en **genoeg is genoeg** en daar blijf ik me voor inzetten.

Henk Staats

Als je je doel verloren bent, raak je je weg kwijt

Verwarring is de orde die we nog niet begrijpen



In boeken of films leest of kijkt het lekker weg: een moord, een oorlog. Een felle strijd van rivalen die elkaar naar het leven staan. Maar in het echte leven is het griezelig. Voedt zij knagend de angst. Omdat de gebeurtenissen labirintisch zijn. Ons geordende leven overhoop halen. Chaotisch maken en duister. Het verward ons. Al durf ik dat woord – verward – niet gemakkelijk meer te gebruiken.

We staan op de drempel van een nieuw tijdperk. Of eigenlijk, het is al begonnen. Al willen wij dat misschien nog niet geloven. Moet het misschien nog doordringen. De wereld is op drift. Het geweld van mensen tegen mensen rolt als een tsunami door ons dagelijks leven. Op een niet mis te verstane wijze rooft het ene leven dat van anderen. Er lijkt geen enkel systeem meer waar je oprecht in kunt geloven. De wereld wordt er niet veiliger op. En menigeen dreigt mede daardoor ook zelf de weg kwijt te raken.

Verwarring is intussen onze grondtoon geworden. Niemand weet waar en met wie je moet beginnen. We zijn allemaal in meer of mindere mate verward. Sterker nog: in deze rommelige wereld kun je haast niet anders dan verward zijn. Als de wereld vandaag de dag jou niet in verwarring brengt, ben je verkeerd geïnformeerd.

De laatste tijd zijn 'verwarde personen' zeer regelmatig het gesprek van de dag. Bij het minste of geringste wordt er – zeker ook in de media – veelal negatief gesproken over deze personen. 'Verwarde personen' komen worden al gauw vereenzelvigd met 'gevaarlijke personen'. Mensen die als de sodemieter van straat moeten worden gehaald. En dat gebeurt dan ook. Zeventig procent van de 'verwarde personen' die de politie van straat haalt, komt in de cel terecht.

Dat lijkt misschien logisch, maar ik vind het de omgekeerde wereld. Wie slaat er niet uit het lood als alle vanzelfsprekendheden in één keer wegvallen? Het toekomstperspectief plots drastisch verandert.

Iedereen krijgt er vroeg of laat mee te maken. En als het je treft, staat je wereld op zijn grondvesten te schudden. Als je je doel verloren bent, raak je je weg kwijt.

Omdat wij streven naar ordening, zoeken wij naarstig – of liever nog, eisen wij van onze omgeving, bazen of leiders – een nieuwe balans. Een nieuw overzicht over de situatie. Wij willen houvast. Want als we de dingen niet meer onder controle hebben, worden we angstig. We doen alles wat we maar kunnen om alles weer op of binnen de lijntjes te krijgen. Soms echter lukt dat niet. Of niet meer.

Bij sommige mensen is de verwarring zo intens dat ze rondlopen met plannen om een eind aan hun leven te maken. Anderen trekken zich volledig terug uit de wereld of lijden intens; door ernstige psychische problemen. Gevoelens van grote somberheid, wanhoop en uitzichtloosheid beheersen hun bestaan. Het leven is voor hen een hel. Door ernstige psychische aandoeningen, schokkende en pijnlijke gebeurtenissen of grote tegenslagen of teleurstellingen.

Meestal gaat het om een opeenstapeling van problemen en ervaringen. Maar het kan ook volstrekt onduidelijk zijn waar de gevoelens van wanhoop vandaan komen. Dat maakt ze niet minder hevig, maar vaak wel moeilijker te begrijpen.

De verwarde mensen die het nieuws halen, uit zichzelf met epische daden. Anderen, de meesten wellicht, manifesteren hun verwarring in een vorm van berusting: de wereld is zo ingewikkeld dat ik mij maar achter mijn voordeur opsluit en er het mijne van denk. Uiteindelijk echter, als de hulp om daar uit te geraken uitblijft, zal ook bij hen de verwarring escaleren.

Er moet hard gewerkt worden aan de verwarde mensenproblematiek. Maar wat ook de oorzaak mag zijn, uit- of opsluiting van deze mensen is geen oplossing. Een verwarde geest zal dan verward blijven. Of, erger nog, verder verstrikt raken in zijn verwarring. Uit- of insluiten is precies het omgekeerde van wat nodig is: mensen stabiliteit en rust geven, een dak boven hun hoofd, en structurele ondersteuning en zorg. Doen wij dat niet, dan duwen wij die mensen over het randje.

Hoeveel plek maken we in onze maatschappij voor verwarde mensen? Hoe serieus nemen wij onszelf en onze eigen verwardheid, als wij anderen geen plek kunnen bieden? Is het niet tijd dat wij allemaal onze verwarring omzetten in kleine daden van verzet? Met meer begrip voor elkaars verwarde toestand?

Want het enige recept tegen de verwarring is ontwarren. Samen grip krijgen op de wereld. De essentiële waarden daarbij zijn terug te voeren op de Franse revolutie: vrijheid, gelijkheid, broederschap. Dat vraagt om sociale gerechtigheid en het tonen van respect. Voor ieder mens. Als wij die waarden niet meer respecteren, dan is het einde zoek. En de verwarring pas echt compleet.

Bron: <https://verruimdehorizon.wordpress.com/author/peterpauldoodkorte/>

Frieda's beslommeringen

Normaal gebruik ik niet gauw vetgedrukt in een groter lettertype bij de rubrieksnaam, maar dit wordt eigenlijk een jubelend stuk over iets wat veranderd is in mijn leven. Ik heb ook getwijfeld of ik de rubrieknaam voor een keertje zou moeten veranderen. Beslommeringen zullen toch over het algemeen genomen negatief zijn en deze aflevering is eigenlijk overwegend positief te noemen. Overigens als je het goed bekijkt, kan een zegening soms toch ook beslommeringen inhouden. Ik heb best vaak in zowel de mijmeringen als ook in de beslommeringen in dit blad uitgebreid uitgelegd en geklaagd over mijn lactose-intolerantie en misschien had ik zelfs wel melk allergie. Tot vervelens toe steeds op de verpakking controleren of iets melk of lactose bevat of er sporen van melk in zitten of zelfs gemaakt in een fabriek waar melkproducten worden geproduceerd. Je begint je ook een zeur te voelen.

Uit eten in bijvoorbeeld een restaurant bij een kraam of in het Inloophuis was een beproeving, ook voor mijn geliefde partner Paul van der S. Immers spontaan ergens naar binnen lopen tijdens een uitje of op vakantie of zo maar om iets te eten was ook dan voor hem een beproeving. Vaak is er weinig geschikt of zij kunnen niets garanderen. Dan wel steeds moeten vragen of iets kan en daar op moeten vertrouwen: dat ervaart als een keurslijf. Daarbij waar glutenallergie steeds meer ingeburgerd lijkt, zit dat met lactose en melk qua intolerantie dan wel allergie in de onbekende hoek. Vaak was het ook daardoor zo dat mensen het niet begrepen. Steeds meer mensen hebben er meer of minder last van. Dat kan variëren van erge buikpijn, diarree, krampen en een dag uitgeschakeld zijn tot op zijn minst ongemak. Ik heb gelukkig na best een lange aanlooperperiode in het Inloophuis een grotendeels welwillend oor gekregen voor het aanpassen van het eten of hapjes. Het beste voorbeeld is wel het jaarlijkse kerstdiner in het Inloophuis, waarbij voor een apart menu met alternatieven en een apart toetje voor mij, daarvoor nog bedankt.

Dit lijkt op een gewone rubriek beslommeringen met inderdaad (negatieve) beslommeringen. Niets is minder waar, schijn bedriegt nu eens. **Ik ben sinds een aantal maanden, even afkloppen, niet meer lactose-intolerant of allergisch voor melk en melkproducten.** Ik was een beetje angstig om het bekend te maken, want was dit misschien een tijdelijke verbetering? Het had immers een tijdje geduurd voordat je echt serieus wordt genomen met dat je bepaalde dingen niet kunt eten en er speciaal iets voor jou wordt gehaald of wordt klaar gemaakt. Probeer al die mensen maar eens weer "getraind" te krijgen dat ze er rekening mee houden, mocht blijken dat het toch niet gelukt was. Die waren net gewend en accepteerden dat aangepast eten nodig was.

Hoe is dit gegaan? In principe is er geen "normale" medische behandeling waardoor die intolerantie dan wel allergie een verbetering of zelfs genezing in houdt. Daarbij was mij door de arts uitgelegd dat een parasiet bij mij de enzymen (een stof) die de lactose afbreken, had vernietigd.

Een duister vooruitzicht voor een meid die gek was, is op melk en zuivelproducten.

Laat staan op gewone levensmiddelen en eten te moeten letten of er daarvan iets in zit. Een voormalige collega en inmiddels vriend van Paul is een Amerikaanse chiropractor. Daar werkte Paul als kwaliteitsmanager en hij bouwde vooral met hem, Wayne P., een goede uiteindelijke vriendschapsband op. Hij werkt alweer enige tijd in het westen van het land. Ik mag hem denk ik ook vriend noemen.

Op een gegeven ogenblik bracht Wayne naar voren dat hij ook buiten zijn werk om met alternatieve therapieën bezig is. Een er van is toegepaste kinesiologie, een methode voor het testen van mensen of zij allergisch zijn voor een voedsel of een intolerantie hebben. Daarvoor kan hij dan een behandeling geven. Hij heeft daarvoor een hele verzameling van kleine flesjes met allerlei (geconcentreerde) voedingsstoffen die je maar kunt bedenken. Zo zijn er kleine flesjes met geitenmelk, koeienmelk, schapenmelk, lactose e.d.

Diegene die wordt getest gaat idealiter op een behandeltafel liggen. Dan moet diegene zijn of haar rechterarm schuin naar boven uit strekken. Hij doet een handeling met zijn hand rond het hoofd. Daarna vraagt hij of je zoveel mogelijk met gestrekte arm de door hem uitgeoefende druk omlaag tegen wil houden. Normaal gesproken moet het tegenhouden geen probleem zijn, de arm blijft redelijk in de uitgangspositie. Vervolgens legt hij een flesje met de betreffende voedingsstof op je navel en die moet je met je linkerhand op zijn plaats houden. Vervolgens weer een handeling rond het hoofd en het proces herhaalt zich en hij probeert jouw rechterarm omlaag te drukken. Mocht alles goed zijn en er dus geen allergische of andersoortige gevoeligheid is voor die stof, dan blijft de arm in ongeveer dezelfde positie.

Een grote gevoeligheid is het als de arm naar beneden gaat. Dan doet hij wat handelingen rond je hoofd e.d. en je moet dan 1 ½ tot 2 maanden van die voedingsstof, bijvoorbeeld melk, afblijven. Daarna kun je voorzichtig de betreffende stof weer tot je voeding toe laten en bij geen noemenswaardige klachten kun je dit dan op bouwen. Soms kan het zijn dat een behandeling herhaald moet worden en soms moet je wat langer van die voedingsstof af blijven. Nu deed Wayne die test en de behandeling ruim een jaar geleden bij mij. Hij had deze test nog voor dat hij die bij mij deed bij Paul gedaan. Blijkt dat zijn arm bij melk naar beneden ging als ware het een hefboom. Ik kon mijn lachen niet in houden, niet uit gemeenheid, maar uit verrassing en dat Paul een grote kaaseter en melkdrinker is.

Toen deed hij die testen bij mij. Ik zette al mijn krachten in en zette mijn arm schrap, dacht ik. Mijn arm ging naar beneden als een veertje. Ik protesteerde, net als Paul daarvoor, dat ik niet klaar was. Hij herhaalt het en hup daar ging mijn arm alsof het een spaghettisliert was. Hij behandelt mij en zegt twee maanden van de melk en melkproducten en lactose af te blijven. Nu moest ik dat toch al doen op straffe van krampen, pijn en dergelijke. Paul moest dat ook en omdat hij toch al voor mij op de etiketten lette en bij restaurants e.d. het na vroeg kon hij dat nu makkelijk ook voor zichzelf doen. Hoe vervelend het ook voor Paul was, ik had een medestander, al is hij ook hypocriet (eet wel vis) vegetariër. Dus hij kon bijna niets eten, laat staan buiten de deur, zeker daar voor vegetariërs vaak iets van kaas is.

Hij als grote kaasliehebber, kaaskop haast, en dat voor een Zweed, moest ineens op zoet beleg overstappen. Waarbij bijna alle chocoladebeleg ook i.v.m. melk die er vaak in zit, af viel. Hij stapte zelfs over op veganistische kaas, puur plantaardig van olie gemaakt. Hij vond die kaas best wel te doen, vooral met Aromat.

Ik was best sceptisch over zulke alternatieve therapieën en dacht al dat dit wel niets zou worden. Het was meer van ach baat het niet, schaadt het niet en inmiddels was hij toch een soort vriend ook voor mij, dus laat maar begaan. In september of zo werd ik opnieuw getest door hem, (b)leek goed. Dus voor het eerst voorzichtig wat producten met sporen van en lactosearme producten gegeten. Dat leek goed te gaan. Blijkbaar wilde ik iets te snel waardoor ik te veel tegelijk binnen kreeg en was terug bij af. Dit doordat ik weer veel last had bij melk en sporen van melk in mijn voeding. Zie je wel, dacht ik, het helpt niet dat alternatieve gedoe. Al baalde ik flink dat het leek alsof het goed was en dat ik blij gemaakt was met een dooie mus. Daarbij hou ik van levende vogels.

Ik zou rond maart opnieuw getest worden, want wij gingen op bezoek bij Wayne thuis. Ik besloot wel te kijken of ik sinds heel lang een gewone pizza van Domino's in Emmen kon hebben, met veel echte kaas. Immers of het was goed of ik werd opnieuw behandeld en zou opnieuw 2 maanden zonder moeten. Ik zette mij schrap en besloot in elk geval te genieten zo lang totdat ik last zou krijgen. Wonderwel kwam die last er niet. Ik met toch een beetje verwachting naar het westen. De testen heb ik ondergaan en ik kon blijkbaar echt alles hebben. Kortom sinds een aantal maanden weet ik het nu zeker. **Ik verdraag melk, kaas en zo, laat staan sporen van melk/lactose.**

Er is echter toch een nadeel, dus toch een beslommering!?! Al die extra levensmiddelen waar melkproducten in zitten en melk, kaas en toetjes van zuivel zijn wel calorierijk. Tel daarbij al die koeken, toetjes, ijs en wat al niet meer die weer voor mij mogen. Wie zei ook alweer elk voordeel heb zijn nadeel? Toch ben ik natuurlijk erg blij dat ik gewoon iets kan kopen en bestellen zonder mij af te vragen of er melk of zoiets in zit. Naar een restaurant of eetgelegenheid kan ik nu ook zonder planning en onzekerheid gaan, spontaan dus ergens binnen lopen. Niet ver van tevoren of op het laatste moment eerst uitgebreid uitzoeken waar iets gegeten kan worden. Zonder je zorgen hoeven te maken over of het eten daar wat betreft de allergenen veilig is.

Vergeet ook niet dat ik in mijn melkvrije periode heel veel producten als alternatief heb moeten leren eten en drinken. Dit assortiment heb ik er allemaal bij gekregen als mogelijkheid. Vergeet ook niet dat ik dankzij mijn verloofde die (hypocriet, want eet wel de meeste vis) vegetariër is en daardoor veel vegetarische producten heb leren waarderen. Het opent allemaal nieuwe deuren naar heel veel voedsel en tevens opent het oude deuren naar melkproducten, die ik dacht dat deze gesloten waren, voorgoed. **Hartelijk dank voor de behandeling Wayne en voor het weer geven van het zonder last melk te kunnen verdragen.**

Frieda

Emmen maak het mee

Vermaak en ik denk vaak terug aan mijn jeugd en hoe ik me met weinig kon vermaken. Spelen en weinig speelgoed en spelen met wat de natuur je bood. En natuurlijk fantasie en fantasiesselletjes. Vakantie was voor mij vooral buiten zijn en buiten spelen. Een broer van mijn moeder kwam elk jaar met zijn gezin naar Drenthe. Logeren bij mijn opoe en wij kinderen speelden samen en waren niet veel nodig. Vermaak voor ouderen en mijn vader had genoeg aan zijn vele kippen en duiven en de moestuin. Weinig geld en zelf voedsel verbouwen was een noodzaak. Mijn oudere broers hadden het voetbal en het café. Ook vermaak genoeg. En de tv natuurlijk met programma's als de fabeltjeskrant en swiebertje en later bonanza, het kleine huis en meer.

Vermaak anno 2016 en ik denk even aan ons mooie centrum en de vele activiteiten die er georganiseerd worden. Dit weekend koopzondag en daarvoor alleen komen de mensen niet dus er wordt van alles en nog wat georganiseerd. Om mensen te trekken en om de mensen te verleiden geld uit te geven. De vlindermarkt. Een rommelmarkt en braderie en al jaren een traditie. Nu niet alleen meer kopen en verkopen maar ook ander vermaak. C'est la vie. Een feestdag met straattheater en muziek. Dit jaar even geweest en het boeit me niet meer. Bier drink ik bijna niet meer en met een flesje water kijk ik hier heel anders tegenaan.

Goede tijden en er is geld genoeg onder de mensen en hoe krijg je ze zover dat ze het in jouw centrum gaan uitgeven. 'Emmen maak het mee' en met dit motto is er deze zomer van alles te doen in het centrum.

Begin september wordt het raadhuisplein officieel in gebruik genomen en ons gemeentebestuur maakt er een groot feest van met vele artiesten. Gratis en in hoeverre is dit dan gratis ? Dat is dan de vraag ?

De vooruitgang en wat is er dan veel veranderd als het gaat om vermaak.

Vroeger 1 keer in het jaar de kermis en dat was het dan. Verder had je het voetbal en bijvoorbeeld een toneel of feestavond waar verenigingen wat extra geld mee ophaalden.

De gouden pijl een criterium wordt volgend jaar voor de 40^{ste} keer gehouden en er is in die veertig jaar veel bijgekomen en er is genoeg te doen in ons mooie centrum. Veel gratis en ook betaalde evenementen in bijvoorbeeld de oude dierentuin met een stads barbecue in september met natuurlijk weer muziek. Voor mij hoeft al dit vertier niet en ik ben gelukkig nog prima in staat mezelf te vermaken zonder. Even hangen op een muurtje met een flesje water en alles wat ik heb is mezelf. Opgroeien zonder al te veel materie en met fantasie en ook schrijven zie ik als een vorm van vermaak. Voor mezelf en voor een ander. Kunnen we onszelf nog wel vermaken zonder al die evenementen en feesten of moeten we bezig gehouden worden. En het is ook een vorm van handel natuurlijk. Of moet ik zeggen geld verdienen. Goede tijden en dat zie je terug in de vele evenementen in de regio en het moet speciaal en gewoon kan niet meer. Dat denk ik ook wel eens. Leren en leren jezelf te vermaken zonder is niet meer nodig en dat is jammer !! Brood en spelen en aan beide geen gebrek. Een nadeel kan zijn dat je door al dat brood en die spelen de werkelijkheid niet meer ziet. Geeft het volk brood en spelen zei men vroeger en je hebt er geen omkijken meer naar.....

Henk Staats

Strompellicht

Als de schellen je
van de ogen vallen,
wat blijft er dan
van je verlangen over

Licht in het donker
of een dwaling op weg
naar de smeltende zon
die strandt als Icarus

Wat zijn de oogschellen
anders dan een natuurwet,
die dat geeft, waar men
wettelijk recht op heeft

Inzicht op velerlei niveau
voor elk is er wel wat wils
op weg naar helderheid
leidend tot een ander leven

Laat me niet langer strompelen
Ik wens dat de schellen me
van de ogen vallen en ik
de werkelijkheid zie in licht

@Alie Wiering

Lieve mensen,

Nu alles tot mij doorgedrongen is, besef ik hoe
bijzonder
het feest was wat jullie voor mij georganiseerd hebben.
heel erg bedankt voor alle lieve woorden en kado's die
ik
heb mogen ontvangen.
Ik zal dit feest niet snel vergeten en ben ook nog niet
van
plan om jullie te verlaten, jullie zijn nog niet van mij af.
Deze warme sfeer heeft mij echt ontroerd.
Nogmaals BEDANKT.

Marjoke

Go with the flow

100 mensen naderen een kanaal en de eersten besluiten door het kanaal te lopen en ze doen hun spullen in een tasje die ze zo droog hopen te houden. Er is dan een grote kans dat alle honderd op deze manier het kanaal gaan oversteken. Tien meter naar rechts is een brug en dan is er niemand die deze brug ziet. De massa en met de stroom mee en hoe gauw dit gebeurt. De groep waarin je verkeert kan je mening bepalen en kan bepalen hoe je in het leven staat. Het is ook gemakkelijk en je hoeft zelf niet na te denken. Doet me denken aan die simpele mening over de moslims en hoe gevaarlijk en bang velen zijn voor dit geloof en voor de mensen die moslim zijn. De heer Wilders hoeft maar te roepen minder en minder en iedereen doet mee. Het gaat dan om minder Marokkanen voor de duidelijkheid. De stroom en het is de normaalste zaak van de wereld om mee te zwemmen met de stroom en het is ook gemakkelijk en alles gaat vanzelf. En zelf kijken en zelf beslissen hoeft ook niet. Vele leiders in het verleden hebben hele volksstammen ingezet voor hun strijd en hun mening en er was niemand die zelf nadacht en zelf besliste. En misschien is dit dan iets te negatief. Soms moet je om te overleven de mening van de meerderheid kiezen en dan kan het niet anders. Prakkizeren, een mooi Drents woord voor denken en dat mis ik wel eens. Denken we nog wel zelf na of is het de meerderheid die voor je beslist. Zelf laat ik me ook wel eens meevoeren door de stroom en het is soms ook wel leuk. Verkeren in een wereld waar bijvoorbeeld autorijden niet de norm is. En dan is geld beslissend voor die keuze en ik kies bewust voor niet. Denken is een hobby van me en tegen de stroom inzwemmen soms ook. Uitvindingen en uitvinders zwemmen ook tegen de stroom in en willen bewijzen dat ze het onmogelijke waar kunnen maken. Dus je hebt altijd mensen nodig die het anders zien en die het anders doen. Dat zorgt er ook voor dat we verder komen en doorgaan. Niet alle uitvindingen zijn nieuw en soms vergeten we iets totdat iemand de moeite neemt in de geschiedenis te duiken en iets ouds als iets nieuws gaat presenteren. Best wel slim en ook en hoe belangrijk het kan zijn de geschiedenis te kennen. Sta alleen uit met de pret. Een stukje tekst van de boerenrockgroep Normaal en als je besluit het anders te doen dan de mensen met wie je omgaat komt dit veel voor. Je wordt uit de groep gestoten en niet meer geaccepteerd. Je staat dus letterlijk en figuurlijk alleen en niemand die nog met je wil omgaan. Zelf ook wel eens meegemaakt en leuk is anders. Zolang je meedoet en meepraat en meedrinkt is er niets aan de hand totdat je zegt nu is het genoeg en ik ga het anders doen. Dan leer je je echte vrienden kennen en zie je wie de meelopers zijn. Voor mij ooit een reden om het roer om te gooien. Ik ga het anders dan tot nu toe doen en kies voor een ander leven. Een hoed en weg met de alcohol en minder muziek en ik ga schrijven. Een leuke manier om me te uiten en om te denken en om anders te zijn. En dan kijken waar het schip strandt en kijken waar deze weg eindigt. Ik ben benieuwd !! Misschien niet altijd oorspronkelijk en uniek maar wel een leven die me bevalt en dan minder en minder en genoeg is genoeg. En mensen tegenkomen die je opeens anders gaan zien en iets doen wat niemand van je verwacht en niemand achter je heeft gezocht. Van zwijgen naar uiten. Ook dit brengt nadelen met zich mee en zolang de voordelen groter zijn ga ik hier nog even mee door. Ik kan het iedereen aanraden. Kijk eens kritisch naar je leven en vraag jezelf even af of dit het is wat je wil en wil je het niet anders ? De stroom en wil je je leven lang met de stroom mee of wil je er af en toe tegen in....

Henk S

Wisten jullie dat ... ? Ditmaal uit de oude doos: het blad **Libelle**.

In deze wisten jullie dat? een greep uit de oude doos, en wel die van oude bladen. Steeds geef ik wat informatie in een korte geschiedenis van het betreffende blad. Te beginnen met een selectie uit het blad **Libelle**. In 1934 begonnen als een familieblad met vrouwelijke inslag, werd het in 1935 een vrouwenblad. De 13^e april om precies te zijn verscheen het blad voor het eerst, voorwaar geen ongeluksgetal, daar *Libelle* nog steeds bestaat en samen met Margriet een sterk merk in tijdschriftenland is. De naam heeft niets te maken met het insect, maar komt van de Latijnse naam 'libellus', wat boekje of geschriftje betekent, een verkleinwoord van 'liber' oftewel boek. In de voorloper van het moderne Nederlands betekent libel of libelle zoveel als geschrift of pamflet. In 1990 was de oplage nog ruim 700.000 waar die vorig jaar ruim 300.000 bedroeg. Na een fusie en een overname zitten de bladen Margriet en Libelle bij dezelfde uitgever. Lag eerst de nadruk op vrouwenverhalen, breipatronen en verhalen over baby's en hun verzorging, later ging het steeds meer over de vrouw in de maatschappij. Onderwerpen als seksualiteit, abortus, de pil en de werkende vrouw. Er is ook een Vlaamse Libelle, als zelfstandige versie met een eigen gezicht.

Op 18 september 1936 staat het bericht er in van de verloving van prinses Juliana met prins Bernard met foto van het paar. Om op 2 oktober 1936 in een artikel te lezen over de actie voor "hun" huwelijksgeschenk voor het vorstelijk paar, dus namens de lezeressen van Libelle. Een mevrouw B. te Amsterdam had f 0,50, van mevrouw van N. te Arnhem f 1,-- , van Annie G. te Klazienaveen f 0,15 en de lieve som van f 2,50 van mevrouw H. te Den Haag. Verder in postzegels van totaal 96 lezeressen f 11,55. Alles onder het motto van "*Vele kleintjes maken één grote*" wordt opgeroepen om giften op het gironummer van de Libelle te storten onder vermelding van "*Geschenk Prinses*". Verder staat er onder andere een foto van een fietstocht van het paar op een tandem, met natuurlijk de prinses voorop aan het stuur.

Op 8 januari 1937 staan er foto's uit de jeugd van Juliana en Bernard, onder andere Juliana op de schaatsen en Bernhard in uniform als een huzaar op 4 jarige leeftijd. Op 23 april 1937 staat een foto bij een artikel over het "*gebreed heerenbadpak*" met een uitgebreide beschrijving hoe te breien. Dit voor een bovenwijdte van 96 cm. Op 4 juni 1937 staat ook bijvoorbeeld een advertentie met twee dames die zich afdrogen met een handdoek. De ene zegt tegen de ander: "*Ik weet toch heus wel wat wassen is – maar jouw handdoek is toch heel wat witter dan de mijne!*" het gaat om het merk Radion "*met bon voor geschenken*". Overigens is het merk Radion ontstaan in 1935 wanneer de aandacht verschuift van harde zepen naar vlokken en poeders.

Op 23 september 1938 staat een groot artikel over wat vrouwen misschien missen als vrijheden die mannen in de samenleving hebben, maar waar vrouwen met onhebbelijkheden eerder mee weg komen dan mannen. Onder de titel "*als mannen eens deden wat wij zoo dikwijls doen*". Er wordt een voorbeeld gegeven van als een man aan tafel zijn haren zou kammen dat dit niet gepast zou zijn, daar waar het meisje zich nog te vaak aan tafel zit te poederen, de lippen verft enz.

Voorts "dat het doodjammer is dat er nog steeds geen genie opgestaan is die wat practischer heerenkleding voor warme dagen uitgevonden heeft, zal elke vrouw graag toegeven. Dat die onbehaaglijke kleedij nooit excuus mag zijn om zijn jasje in gezelschap uit te trekken ..." staat er. Verder dat die mannen dat zouden onderschrijven, maar dat het dan dubbel ergerlijk is dat vrouwen in dit geval het kledingvoordeel hebben.

Op 24 februari 1939 wordt opgesomd wie er in 1938 aan kop stonden volgens de lezers van een Amerikaans filmblad wie zij het liefst in een film zagen. Op nummer 7 stond de actrice Myrna Loy, op 6 Robert Taylor, 5 stond Spencer Tracy, op 4 stond Mickey Rooney. De top 3 bestond uit schaatsster en actrice Sonja Henie, op nummer 2 Clark Gable en onbetwist op nummer 1 kindster Shirley Temple. Op 28 juni 1940, dus in de Tweede Wereldoorlog in het begin van de bezetting is er een rubriek met tips. Door de schaarste van diverse levensmiddelen geven lezeressen aan hoe een schaarste bijvoorbeeld op te vangen. Tip 2 is honing als vervanging voor suiker in de thee doordat er een suikerschaarste is. Volgens de tipgeefster uit Heemstede wel wat duurder, maar de kinderen vinden het lekker en het is gezond.

En een vrouw uit Eindhoven vertelt dat veel mensen een laagje suiker in de kop achter laten en deze dan door de gootsteen spoelen. Veelal betreft dit vaak volgens haar mensen die het graag zoet drinken. Beter is om goed te roeren en zo de suiker goed op te lossen en dus minder suiker nodig hebben. Op 16 augustus 1940 staat er een artikel over thee zonder thee. Deze thee wordt bereid met appelschillen en de schillen laten drogen in de zon of in de oven. Een handvol van deze schillen voor een kop thee. Met ruime hoeveelheid water worden deze schillen aan de kook gebracht. Met een ¼ lepel kaneel 5 minuten laten koken. Daarna wordt dit gezeefd en dat wordt weer aan de kook gebracht met per kopje thee 1½ theelepels suiker. Kan koud en warm worden geserveerd eventueel met een paar druppels citroen- of sinaasappelsap (in flesjes verkrijgbaar) met foto's van verschillende stappen.

Op 8 maart 1946 wordt geopend met een tekst getiteld "Een Weerzien!" over het weer verschijnen van Libelle na de oorlog. Onder andere dat op 15 september 1944 was het blad voor het laatst verschenen en i.p.v. de 96 pagina's van 10 mei 1940 bestond die uit 16 pagina's. In een kader onder aan het artikel staat een bericht van de redactie. "To onze ontsteltenis is de ons verstrekte papiertoewijzing ver beneden de op een normale basis gestelde verwachting gebleven. Het betreuenswaardige gevolg is, dat wij niet (...) dadelijk met 32 pagina's kunnen verschijnen, doch helaas slecht met 16 pagina's om de veertien dagen." Om af te sluiten dat zij "al wat mogelijk is in het werk stellen om den omvang (...) zoo spoedig mogelijk te kunnen vergrooten." de volgende keer zal er een bloemlezing komen uit de naoorlogse jaren tot midden jaren zeventig met een begin van een ander roemrucht weekblad *Panorama*. Bronnen o.a.: wikipedia en weekblad *Libelle* – Een fascinerende selectie uit de jaargangen 1934 – 1974 – samenstelling Leonard de Vries.

Paul van der Sluis

Taal

Hoe belangrijk taal kan zijn in iemands leven en hoe belangrijk taal is voor je mens zijn. Het gesproken woord maakt ons tot mens en taal is 1 van de verschillen met de planten en de dieren. In ons landje heb je dan het Nederlands en al heel vroeg leren we praten. Onze kleinzoon van 4 jaren jong praat al veel en zijn woordenschat is nog klein en zal naarmate hij ouder wordt groeien. Ik vind het wel leuk om naar hem te luisteren en hoe veel 'negatieve' woorden voor hem nog niet bestaan en nog geen waarde hebben. Schrijven en lezen kan hij nog niet en dat komt tussen nu en een paar jaar. Zelf kan ik lezen en schrijven en ooit heeft men mij dat bijgebracht. Zelf weet ik niet meer hoe en is het schrijven en lezen voor mij de gewoonste zaak van de wereld.

Taal en dialect en tot mijn negende of tiende praatte ik keurig plat en na een zomer in een vakantiekolonie in Egmond aan Zee praatte ik keurig Nederlands. Denken en dat doe ik ook in het Nederlands en verder hou ik ook niet zo van denken en ga ik voor de stilte. Taal en mens zijn en hoe taal je mens zijn bepaalt. Veel dialecten in ons kleine landje en ook veel vreemdelingen met hun eigen taal. Ik zie wel overeenkomsten tussen die dialecten en die vreemde talen en hoe moeilijk het kan zijn om je aan te passen. Hoe verschillende culturen krampachtig proberen hun taal in stand te houden en hoe het Nederlands het vaak wint. Onze Turkse burens beheersen de Nederlandse taal een beetje en hun kinderen zijn tweetalig. En nog een generatie verder en ze kennen alleen nog maar het Nederlands.

Taal is communicatie en dat kan ook veel onbegrip met zich mee brengen. Elkaars taal niet goed kennen en verkeerd begrijpen. Dan is het goed dat er onderwijs is en dat zorgt weer voor samen en delen. Iedereen weet wat een bepaald woord betekent en de betekenis is dan voor een ieder hetzelfde. Het dialect en hoe woorden anders kunnen worden uitgelegd en anders begrepen worden. Ik denk dat een buitenstaander aan mijn manier van schrijven wel kan zien dat ik uit Drenthe kom en ook dat kan weer voor misverstanden zorgen. Woorden en woorden vormen samen de taal die we gebruiken en daarom vind ik het ook leuk om boven sommige stukjes eerst een korte uitleg van het woord waar ik het over ga hebben te plaatsen. Soms is een woord zo gewoon geworden dat we de betekenis niet meer kennen en ook dan kan weer zorgen voor misverstanden.

Taal is nodig en taal is leuk en het heeft dan ook te maken met de mens die ik ben. Taal leeft zeggen sommigen en is in beweging. Het Nederlands van de negentiende eeuw is veel anders dan het Nederlands van nu en dat maakt taal ook weer leuk. En dan de verschillen tussen mensen en de verschillen tussen de taal die ze spreken. Ook dat is boeiend. Links is links zou je kunnen zeggen maar soms is links rechts en dat is dan een vervelende eigenschap van taal.

Praten en we praten wat af in ons kleine landje. Om het eens te worden, om te winnen, om een beeld van een ander te geven en om het oneens te zijn. Taal maakt het leven niet altijd gemakkelijker. Zelf praat ik bijvoorbeeld nooit over anderen en het is nog steeds wennen dat niet iedereen dat doet. Over elkaar praten is voor velen een hobby en of het waar of onwaar is boeit dan meestal niet en dat is voor mij 1 van de vervelende eigenschappen van de mens.

Verschillen tussen mensen zullen er altijd blijven en dan zou taal die verschillen kleiner kunnen maken. Het tegendeel gebeurt dan maar al te vaak.

Menu van de maand September

Ingrediënten

- 1 rode paprika
- 1 ui
- 4 el olijfolie
- 450 g aardappelschijfjes (AH puur&eerlijk biologisch)
- 300 g spinazie
- 4 eieren
- 200 g crème fraîche
- 35 g mix voor Spaanse tortilla (zakje)

Bereiden

1. Verwarm de oven voor op 180 °C. Verwijder de steelaanzet en zaadlijsten van de paprika en snijd het vruchtvlees in blokjes. Snipper de ui. Verhit de helft van de olie in een grote koekenpan. Bak de aardappelschijfjes in 5 min. bruin. Schep ze op een bord. Verhit de rest van de olie in dezelfde pan. Bak de paprika en ui 2 min.
2. Voeg de spinazie in porties toe en laat al omscheppend slinken en het vocht verdampen. Vet de ovenschaal in. Schep de aardappel door de groenten en verdeel over de ovenschaal.
3. Klop de eieren los. Klop de crème fraîche en tortillamix erdoor. Schenk over de groenten. Bak de tortilla in de voorverwarmde oven in ca. 30 min. goudbruin en gaar.

serveertip: Laat de tortilla uit de oven 5 min. staan of laat hem afkoelen tot kamertemperatuur.



Agenda voor de maand september 2016



Volleybal:

Elke **dinsdag van 18.00 tot 19.00 uur** in de sportzaal van de GGZ (scheperziekenhuis) is er een volleybaluurtje. **Van 19 juli tot en met 23 augustus vakantiestop dus 30 augustus beginnen we weer !!** Ontspannen en recreatief en het plezier staat voorop. Nieuwe spelers zijn van harte welkom !!

Activiteitencommissie

Op **dinsdag 6 september** 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 !!

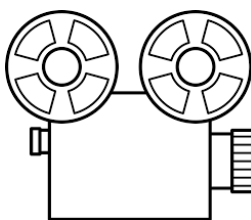


Wandelen

Dinsdag 13 en 20 september. We vertrekken om 13.30 uur vanaf het inloophuis. Bij goed weer en begaanbare paden kiezen we voor een boswandeling. Minimaal 4 deelnemers

Bezoekersoverleg

Donderdag 8 september. Aanvang 18.15 uur
Over de dagelijkse gang van zaken binnen het inloophuis. Wil je meepraten dan ben je van harte welkom !!



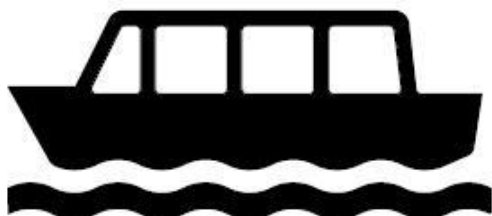
Bioscoop

Donderdag 15 september gaan we naar de bioscoop. De film wordt een week van tevoren bekend gemaakt. Kosten rond de 9 euro. We gaan naar de voorstelling van 19.15 uur. Minimaal 4 deelnemers.

Darten

Op **vrijdag 18 september** en **vrijdag 30 september**

Darten. Aanvang 14.00 uur. Meedoen kost maar 50 eurocent.



Rondvaart Zuidlaardermeer

Op **woensdag 21 september** een uitje naar het Zuidlaardermeer met een rondvaart van 75 minuten. De eigen bijdrage is 10 euro en meer info op het prikbord. Opgeven voor 14 september

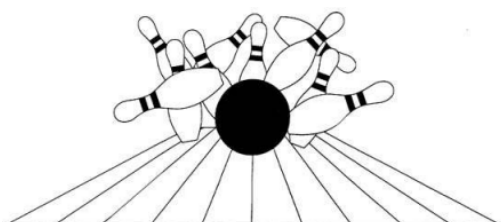


Klaverjassen

Donderdag 22 september beginnen we met de klaverjascompetitie. Aanvang 19.00 uur en meedoen kost maar 1 euro en 50 cent

Film

Op **vrijdag 23 september** is er een filmmiddag. We starten de film tussen 13.30 en 13.45 uur. De film wordt samen gekozen.



Bowlen

Op **woensdag 28 september** gaan we weer bowlen. Van 14.00 tot 15.00 uur. Kosten tussen de 5 en 6 euro

Zondag

Op **zondag 4 en zondag 18 september** 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 september 2016

Donderdag 1 september	Aardappelen, wortelen en een slavink
Vrijdag 2 september	Stoofpotje van Özkan
Maandag 5 september	Nasi met satésaus
Dinsdag 6 september	Kipshoarma wraps
Woensdag 7 september	Aardappelen, sperziebonen en vlees
Donderdag 8 september	Bami
Vrijdag 9 september	Aardappelen, broccoli en kipfilet
Maandag 12 september	Gestoofd varkensvlees met ketjap, boontjes en rijst
Dinsdag 13 september	Boeren omelet
Woensdag 14 september	Macaroni
Donderdag 15 september	Witlof ham/kaas met aardappelpuree
Vrijdag 16 september	Krieltjes, salade en een kipschnitzel
Maandag 19 september	Spaghetti
Dinsdag 20 september	Hachee, rodekool en aardappelen
Woensdag 21 september	Rijst met kip en groenten in zoet/zure saus
Donderdag 22 september	Aardappelen, rodebieten salade en vlees
Vrijdag 23 september	Stamppot rauwe andijvie met een rundervink
Maandag 26 september	Aardappelen, bloemkool en een gehaktbal
Dinsdag 27 september	Menu van de maand: Spaanse tortilla met spinazie
Woensdag 28 september	Preischotel
Donderdag 29 september	Lasagne
Vrijdag 30 september	Aardappelen, witlofsalade en vlees