

# Inlopertje

Maandblad van Inloophuis Emmen. Oktober 2022



Waarvoor jij wordt gevraagd? Daarvoor moet je het blad openen en door nemen. Het staat ergens verderop in het blad. Naast heel veel andere de moeite waard om te lezen stukjes en nuttige informatie.

## Redactioneel/inleiding

Een nieuwe uitgave van het Inlooptje. In september was ook *het niet officiële afscheid* van Gini. Er was gewoon een (gratis door iedereen) te bezoeken high tea. Met kleine broodjes met beleg. Koekjes en cakejes en natuurlijk thee en vreemd genoeg ook koffie. Het was een druk bezochte hoge thee, waarop niet afscheid werd genomen van het Inloophuis door Gini. Ongetwijfeld zullen wij haar dus nog wel eens kunnen tegen komen in het Inloophuis. Het was prima verzorgd door de medewerkers en meewerkers. Leuk aangekleed. Gini had ook nog een speciaal cadeau aan het Inloophuis publiek: een mooie boek met foto's door de jaren heen van activiteiten en dergelijke in het Inloophuis. Waarvoor dank.

Normaal zou ik ook iets zeggen over waar de voorkant op slaat, maar om je toch te prikkelen om het blad gewoon door te bladeren (zo mogelijk te lezen) en dan kom je daar vanzelf bij. Net als op de voorpagina van de editie van september, staat er nu weer iets op de voorpagina van het Inlooptje deze keer. Om juist de nieuwsgierigheid te prikkelen om toch even verder te kijken en om het blad open te doen. Er staat namelijk een oproep in, zoals te zien op de voorkant: **Jij wordt gezocht!** De voorkant nodigt hopelijk uit om te vinden wat met deze oproep wordt gezocht. Niet wordt vervolgd, maar zie en lees verderop.

Er zijn deze keer weer meer pagina's, maar er kan nog meer bij. Dus kom op met de stukjes, de verhalen, de hobby's en wat je graag kwijt wil aan de lezers.

De prijzen in het Inloophuis zijn best lang niet verhoogd. Door de flink gestegen kosten, is er vanaf oktober een kleien prijsstijging. Zie verder en in het Inloophuis. Als je een artikel of stukje wil schrijven over wat jou interesseert of jij wat van af weet of een ervaring die je wilt delen met de lezers, stuur dan dit in. Deadline is 20 oktober voor de uitgave van november 2022. Stuur in Word, Open Office of Pages (geen PDF) naar [paulvdsluis@hotmail.com](mailto:paulvdsluis@hotmail.com) Als iemand graag iets zou schrijven en niet is met computers en tekstverwerking, dan is vast wel iemand in het Inloophuis die daarbij kan helpen. Veel leesplezier met o.a. een tocht langs weer een herinnering, maar nu in het brein van Henk Staats. Studio Inlooptje/Inlooptje Inside is weer terug na een zomerstop. Hierin de komende sport en spel activiteiten.

Daarin ook het eerder toegezegde stuk over de afsluiting van het seizoen in het darten met de winnaars en de grote finaledag met winnaars en verliezers. Als het goed is zijn er volgend nummer o.a. weer een bijdrage van Lyset en tussenstanden van de diverse sporten.

Paul van der Sluis

## **Algemene (contact)informatie**

Het Inlooptje is het maandblad van Inloophuis de Emmer Dennen van Cosis.

**Inloophuis adres: Boslaan 135, 7822 EP Emmen.**

**Telefoonnummer: 088 8789628/Internet:**

**[www.inloophuisemmen.nl](http://www.inloophuisemmen.nl)**

**Hoofdredactie Paul van der Sluis e-mail: [paulvdsluis@hotmail.com](mailto:paulvdsluis@hotmail.com)**

## ***Verjaardagen Oktober 2022***

1 oktober	Roelie Oost
7 oktober	Peter Heeger
14 oktober	Jakob Zuidema
17 oktober	Ian de Wit/Harm Haandrikman
31 oktober	Margreet Timmer

## **Lunchcafé/Eetcafé**

**Let op! Nadat er meerdere jaren zonder prijsstijgingen zijn geweest, is ook door gestegen kosten het van noodzaak om de prijzen licht te verhogen. In het Inloophuis zie je een volledige opsomming van mogelijkheden en de (nieuwe) prijzen.** Van maandag tot en met vrijdag is er een lunchcafé van 11:00-13:00. Met broodjes, uitsmijters, tosti's en soep. Aantal dagen iets speciaal. Actueel o.a. een selectie met de nieuwe prijzen: (prijzen onder voorbehoud van wijziging/aanpassing)

### Dranken

Koffie en thee	0,50
Senseo	0,60
Melk	0,30
Sinas, cassis, cola (light)/fris	1,30
Chocolademelk	1,30
IJsthee	1,30

Speciaal maandag o.a. broodje hamburger+saus voor 2,00

Speciaal dinsdag: Pannenkoeken in diverse variaties 1,75

Speciaal woensdag o.a. kaassoufflé, (groente)kroket, frikandel voor 1,25, met broodje met saus 1,80, saus 0,25

Speciaal donderdag gehaktbal voor 1,50/broodje gehaktbal voor 1,80/met saus 2

Eetcafé maandag-vrijdag. Opgeven zoals altijd voor 13:00 uur. Om 17:00 uur eten in het Inloophuis. Er kan ook nog afgehaald worden tussen 16:30 en 17:00 uur. Geef dus aan of je wil mee eten of afhalen. Zoals gewoonlijk staat het menu weer op de achterkant. De prijs is vanaf oktober 4 euro.

**Het inloophuis is maandag-vrijdag van 11:00 tot 18:30 uur open en op zondagen 9 en 23 oktober geopend.**

# Het brein

Herinneringen kunnen je plagen, maar het kan ook vreugde schenken. Mijn hoofd zien als een harde schijf. Weten dat er een beperking is als het gaat om onthouden. Soms moet je vergeten zodat er weer ruimte komt voor onthouden.

Verder zijn herinneringen natuurlijk ook heel persoonlijk. Wat voor een ander onbelangrijk was, kan voor mij heel belangrijk zijn geweest. Wat de 1 ziet als een knipoog was voor mij veel meer.

Ook weten dat vergeten en onthouden heel persoonlijk kan zijn. De 1 is slecht in onthouden, terwijl de ander niets kan vergeten.

Een beperkte opslagcapaciteit hebben, geldt eigenlijk voor iedereen. Zo is het onmogelijk alles te onthouden. Ook alles vergeten kan onmogelijk zijn. Ik droomde in het verleden weleens van een vergeetpilletje zodat ik me beter ging voelen. Niet alles wat je mee maakt is leuk. Niet alles is leuk om te onthouden.

Verder is het brein natuurlijk veel meer dan een harde schijf van een computer. Weten dat we nog lang niet alles weten van het brein. Er is nog veel te leren !

Vele concerten van Normaal bijgewoond en hoe weinig ik er nog van weet. De invloed van bier of was het iets anders. Later bleef ik nuchter. Dan is het weer anders. Later Normaal in het theater. De pauze en de zanger merkt op dat hoe meer wij drinken hoe beter zij zullen klinken.... Hoe waar dat was en kon zijn.

Terug naar het brein. Hoe het brein ons kan plagen. Ik denk even aan de GGZ. Daar kom je dan terecht als het brein je teveel plaagt. Vele gesprekken bij die mensen gehad. De conclusie aan het eind was dat ik het toch zelf moest doen. Hoe geen mens perfect is en geen mens het voor je kan doen. Streven naar perfectie en te veel slechte dagen. Je wilt er iets aan doen en gaat hulp zoeken. Zelf kon ik het niet alleen en zoop ik te veel. Meer dan goed voor me was. De invloed van alcohol op mijn brein was groot. Zo groot dat ik nu geen alcohol meer nuttig. Door schade en schande wijs geworden : -

Psychose-gevoelig zijn heeft ook alles met mijn brein te maken. De diagnose schizofrenie laat ik maar even los. Weten dat mijn brein er voor kan zorgen dat ik de weg kwijt kan raken. Daarvoor neem ik een pilletje. Dat pilletje zorgt voor stabiliteit en hoe ik niet meer zonder wil. Het brein moet ook maar weten om te gaan met al die prikkels die je dagelijks krijgt. Verwerken en een plekje geven. Ook dat was voor mij veel vallen en weer opstaan.

Hoe mijn brein anders is dan jouw brein. Intelligentie bijvoorbeeld en hoe geen mens hetzelfde IQ hoeft te hebben. Het bepaalt ook hoe je het leven ziet. Zelf ben ik wel blij met mijn kijk op het leven. Mijn brein heeft me veel verdriet gegeven, maar ook veel vreugde.

Hoe je je eigen brein niet voor het uitzoeken hebt. Er is geen winkel waar je het in kunt ruilen. Je moet het ermee doen. En dat is soms jammer. Sommigen gun ik het wel. Hoe het brein ook kan zorgen voor ondragelijk lijden. Ook vaak gezien.

Henk Staats

*Tel geen dagen maar zorg dat de dagen tellen.*

-----  
-----

*“Bemoediging”*

Een mens lijdt dikwijls het meest door het lijden dat hij vreest, doch dat nooit op zal dagen. Zo heeft men meer te dragen dan God te dragen heeft.

---

Het leed dat is, drukt niet zo zwaar, als vrees voor allerlei gevaar.

Maar komt het eens in huis, dan helpt de Heere altijd weer, en geeft Hij kracht naar Kruis.

---

Kruis dragen.

Jezus heeft uw kruis gedragen. Hij droeg al uw leed en smart. Hij kent al uw levensvragen. Hij draagt u toch op zijn hart.

Richt blijmoedig het oog naar boven. Die voor u aan 't kruishout stierf. Wil Hem danken, wil Hem loven, die ons t'Vaderhuis verwierf. Wie heeft niet een kruis te dragen, op deze aarde vol van smart? Het leven heeft zovele vragen en vol van angst is het Hart. Richt dan toch uw oog naar boven. Daar is hij die droeg uw kruis.

Leer Hem danken, leer Hem loven. Hij brengt veilig u naar huis. Drukken u soms andere zorgen, is het leed u soms te zwaar? Vreest gij voor de komende morgen, is de toekomst u niet klaar ?

Richt dan toch uw oog naar boven, daar is Hij, die ze voor U droeg. Leer Hem danken, leer Hem loven. Zijn genade is u genoeg.

Een bijdrage van Bert van der Heijde

## Knettergek worden van

Iemand kijkt na jarenlang niet gekeken te hebben weer eens een keertje naar het journaal. Knettergek denkt hij na het kijken. Wat leven we toch in een knettergekke wereld. Jaren geleden keek hij nog regelmatig en hij vond het wel goed gaan. Nu ziet hij het anders of is het echt anders. Hij heeft nog geluk dat hij er zelf niet knettergek van wordt.

Zelf werd ik jaren geleden ook knettergek. Me niet kunnen uiten en het werd gekte. Of omdat ik uit kraamde gezien werd als gekte. Ik kwam gedwongen in de isoleercel terecht en plat gespoten... Hoe belangrijk jezelf kunnen uiten kan zijn. Nu doe ik het anders en minder moeite met mezelf uiten.

Knettergek worden van de gekte om je heen. Wat de 1 heel normaal kan vinden, kan door een ander als gekte worden ervaren en dan de gevolgen. Weten dat het al heel lang gekte is of al heel lang heel normaal.

De TBS kliniek zit vol met mensen die stapelgek werden van het systeem of stapelgek werden van de gekte. Soms ben ik wel blij dat er meer aandacht is voor jeugd die even niet mee kan komen. Daarmee voorkom je heel veel ellende op latere leeftijd. Ook wel weten dat het niet altijd te voorkomen is. Afwijken van de norm wordt verder wel heel snel als een stoornis gezien. Dat dan weer wel.

Ook zijn de eisen waar je nu aan moet voldoen vele malen hoger dan 30 jaren geleden. Mensen die toen nog moeiteloos mee konden doen, komen nu langs de zijlijn te staan. Ook het tempo ligt vele malen hoger dan pakweg 30 jaren geleden.

Ik vind het dus niet zo gek dat mensen stapelgek worden. Soms is het gewoon biologisch en niets aan te doen. Soms was het in een iets andere samenleving niet gebeurd. Elk systeem kent zijn uitvallers. Zonder kan niet. Een iets andere manier van samenleven kan iets minder uitval veroorzaken. Echt helemaal te voorkomen is het niet.

Knettergek vind ik het vaak nog wel. Soms kan ik de humor er gelukkig wel van inzien. Ook weten dat wat ik gekte vind door de meeste mensen normaal wordt gevonden. Een collectieve psychose is ook iets waar we voor moeten uitkijken. Soms denk ik dat het al zover is. Als ik de politiek op de tv zie, denk ik vaak dat ze collectief gek zijn : -) Ook wel weten dat dat niet meer als mijn waarneming hoeft te zijn. Weten dat velen het als heel normaal kunnen ervaren.

Het gaat langzaam. Zodat het niet meer op valt. Jarenlang geen krant lezen en als je dan opeens de krant weer gaat lezen, kan dat best gevaarlijk zijn. Je kunt er stapelgek van worden, met alle gevolgen van dien.

Ik vind het wel belangrijk om de krant te lezen en dan af en toe het journaal te zien. Het is ook mijn land en mijn leven. Dan is het belangrijk om een beetje op de hoogte te zijn en te blijven.

Maar de gekte is er wel veel groter op geworden : -)

Henk Staats

# Even voorstellen:

Door: Henk Staats en Michel Goudriaan

**Deze maand : Theo**

## **Waar ben je geboren? Wanneer?**

Ik ben in Emmen geboren op 8-08-1973

## **Welke school doe je/heb je gedaan?**

Eerst voor metaal geleerd (MTS), Ik ben nu hovenier. Hier heb ik ook een opleiding voor gevolgd.

## **Wat is je werkervaring?**

Loonwerker, tuinbouw, slachthuis en daarna hovenier. Ik ben al 24 jaar hovenier. Ik ben nu bezig om iets anders te zoeken. Ik denk aan buschauffeur. Ook omdat ik lichamelijk slechter wordt

## **Wat is jouw woonsituatie?**

Angelslo

## **Hoe ziet jouw weekindeling eruit?**

Ik ben weer begonnen met werken. Op de grasmaaier bij de Emco groep

## **Hoe gaat het met je?**

Ik heb het heel zwaar gehad, maar nu gaat het weer goed.

## **Hoe ben je bij het Inloophuis terecht gekomen?**

Door de begeleiding van de Trans. Ze vonden dit een leuk plekje voor me. Ze zijn de eerste keer mee geweest voor kennismaking.

## **Wat betekent het Inloophuis voor jou?**

Gezelligheid en ontspanning.

## **Wanneer kunnen we je in het Inloophuis vinden?**

Ik eet vaak mee en ook bezoek ik soms het lunchcafé

## **Wat wil je dat de mensen van het Inloophuis van jou weten?**

Ik ben gewoon wie ik ben. Wil je meer weten dan kun je me altijd vragen.

## **Heb je ook hobby's?**

Wandelen, fietsen en mijn hoveniersvak is ook een hobby.

## **Wat zijn jouw toekomstplannen?**

Een ander huisje en ik kijk om naar ander werk. Stabiel blijven. Ik ga traumaverwerking doen.

## **Wil je nog iets kwijt?**

Nee ik vind het wel mooi zo.

Henk Staats

## **Gezocht: kandidaten voor de medezeggenschapsraad (cliëntenraad) van het Inloophuis**

### **Wat is de medezeggenschapsraad/cliëntenraad?**

De medezeggenschapsraad (hierna MR) overlegt met het team Inloop, maar ook met de organisatie waar het Inloophuis onder valt: Cosis.

Dit gaat over alledaagse zaken van het Inloophuis. Echter ook over veranderingen in bijvoorbeeld openingstijden en invulling, daar mag de MR over mee praten. In sommige zaken moeten (ingrijpende) veranderingen eerst worden voorgelegd aan de MR. De MR kan ook aan de bel trekken als dit nodig is. Doel is tenslotte op komen voor alle bezoekers en cliënten hier, maar ook mee denken over verbeteringen en aanpassingen waar nodig. Mochten er problemen zijn bij bezoekers/cliënten over iets wat in het Inloophuis speelt, dan bespreekt de MR dit met het team/Cosis.

Dat de MR wel degelijk invloed kan hebben, kun je duidelijk zien aan dat een dreigende verhuizing van het Inloophuis naar een ander pand meer dan 10 jaar geleden mede door de MR werd voorkomen. Doordat het management op andere gedachten werd gebracht.

Het behouden en versterken/verbeteren van het Inloophuis zoals wij die kennen. Laagdrempelig en veilig voor als je er rustig wil zitten of praten, of ook aan activiteiten mee doen. Of je nou vaak komt en aan veel zaken mee doet of af en toe komt. Tenslotte is ons Inloophuis voor de meesten een (noodzakelijke/belangrijke) huiskamer en plek.

### **De MR roept bezoekers/cliënten die lid van de MR willen worden om zich kandidaat te stellen.**

De bijzonderheden en wat gevraagd wordt, kun je hieronder zien.

### **Wat staat je te wachten als lid van de medezeggenschapsraad?**

1. Er is elke maand een vergadering in het Inloophuis (momenteel in principe elke 4e dinsdag van de maand vanaf 13:30 uur), meestal duren deze rond 1 tot 1 1/2 uur;
2. Bij de vergaderingen is meestal een lid van team Inloop aanwezig, meestal is dit Lyset of anders Gerda. Soms zit de coördinator Roelof er bij en soms het locatiehoofd Illmar. Soms zijn er ook speciale gasten bij vanuit of buiten Cosis.
3. Als het nodig is, kan er ook een vooroverleg zijn waar alleen de leden bij zijn. Om zo in vertrouwelijkheid onderling belangrijke of beladen



- zaken voor te bespreken en af te stemmen. Dit gebeurt meestal niet maandelijks, alleen als er behoefte aan is;
4. Er kunnen overleggen zijn met andere lokale raden/managers van Cosis/ dit kan ook in de vorm zijn van een digitaal/online overleg;
  5. Soms zijn er werkbezoeken, bijvoorbeeld aan een ander inloophuis. Er zijn ook contacten met de gemeente Emmen, met ambtenaren, om het belang van het Inloophuis voor alle bezoekers en cliënten te benadrukken. Van belang want de gemeente geeft een budget aan nu Cosis om de inloopvoorziening in stand te houden. De gemeente geeft zelf aan dat zij deze contacten waardevol vinden om ook vanuit de kant van ons te horen, naast vanuit de organisatie, Cosis.
  6. Soms zijn er stukken die wij toe gestuurd krijgen o.i.d., dus je e-mail in de gaten houden. Er is een app groep (Whats App) waarbij wij als MR-leden snel contact kunnen hebben indien nodig.
  7. Wat onderling en soms in overleggen met anderen wordt besproken, kan vertrouwelijk zijn. Dit in verband met je mening durven te geven zonder gevolgen en soms i.v.m. privacy. Dus respect en discreet zijn belangrijk.

## **Wat wordt gevraagd hiervoor?**

- Gemotiveerd zijn op te komen voor de belangen van de bezoekers en cliënten van het Inloophuis in het bijzonder en het Inloophuis in het algemeen
- Actief mee doen tijdens vergaderingen e.d. Nu kan het zijn dat je verlegen bent of het moeilijk vindt om je mening te geven, laat dit niet jou weerhouden om kandidaat te worden. Je krijgt ook ruimte binnen de raad om hierin te groeien en krijgt ook steun van de medeleden.
- Bereidheid vergaderingen en overleggen bij te wonen. (zal meestal tot maximaal 2 uur tijd kosten per maand)
- Er probeert altijd iemand van de raad bij het maandelijke bezoekersoverleg aanwezig te zijn.
- Mogelijk meegaan met werkbezoeken en overleggen buiten het Inloophuis (reiskosten worden als het nodig is ook vooraf vergoed) en in contacten met de gemeente en binnen en buiten Cosis. Soms gaat de hele MR mee en soms een aantal leden. (wisselend aantal uren over een jaar verdeeld)
- Je e-mail/app groep in de gaten houden
- Soms worden zaken (en personen) vertrouwelijk besproken. Dan wordt wel geheimhouding verwacht, dat dit niet buiten de MR wordt besproken en op straat komt te liggen. Zodat je als lid vrij kunt praten en soms uit privacy.

## **Kandidaten krijgen tijd om zich aan te melden tot 20 november.**

Dit kan bij mij als voorzitter op [paulvdsluis@hotmail.com](mailto:paulvdsluis@hotmail.com) of persoonlijk. Je kunt het ook aangeven aan een medewerker (b.v. Lyset, Gerda of Michel)

van het Inloophuis of in persoon bij een van de andere leden: Frieda, Paul Foekens of Henry.

Je naam en e-mail of telefoonnummer, verder kan het kort zijn: korte motivatie dat je kandidaat wil zijn om in de MR te komen. Let op: mochten er veel kandidaten zijn, dan kan het ook zijn dat er verkiezingen komen, maar dat is vooruitlopen op de zaken. Mocht dit nodig zijn dan wordt dat tijdig bekend gemaakt. Als je twijfelt? Dan kun je op de 4e dinsdag van oktober aanwezig zijn bij een vergadering. Laat dit van tevoren wel even weten.

Namens de medezeggenschapsraad/Cliëntenraad (Frieda Reiche, Paul Foekens, Henry van Wijk)

Paul van der Sluis, voorzitter MR

## **Rooster van aftreden**

Tevens is er een rooster van aftreden opgesteld. Er staat vermeld om wie het gaat en aftredend per wanneer en of deze herbenoembaar/herverkiesbaar is.

Paul van der Sluis: Aftredend per 1-1-2023  
Herbenoembaar/herverkiesbaar

Frieda Reiche: Aftredend per 1-1-2023  
Herbenoembaar/herverkiesbaar

Paul Foekens: Aftredend per 1-1-2024  
Herbenoembaar/herverkiesbaar

Henry van Wijk: Aftredend per 1-1-2026  
Herbenoembaar/herverkiesbaar

De nieuwe (hopelijk) raadsleden in de medezeggenschap worden dan geïnstalleerd begin januari 2023.

De medezeggenschapsraad/cliëntenraad Inloophuis Emmen Cosis

## Studio Inlopertje/Inlopertje Inside

De rustigere zomerperiode is voorbij en dat betekent dat de meeste sportactiviteiten weer zijn begonnen. Dat betekent ook dat deze rubriek weer te vinden is. Voor de nieuwkomers onder de lezers. In deze rubriek staat per sport/spel activiteit wat het programma dan wel uitslagen zijn. Soms met een extra uitleg. Vaak met resultaten van vorige wedstrijd en competitiedagen.



### **Darten**

Het nieuwe dartseizoen is begonnen en al een aantal weken onderweg. Door veranderende omstandigheden zoals werktijden en werkplek zijn een aantal spelers gestopt of kunnen minder regelmatig komen. **Daarom een oproep voor darters. Ben je een ervaren darter of juist een beginner, doe mee op de donderdagmiddag. Meld je aan. Je kunt ook 1 of meerdere keren mee doen om te zien of je aan de competitie mee wil doen, zonder verplichting. Er wordt gespeeld vanaf 13:15 tot meestal 15:00.**

Voor beginners en vrij onervaren darters geldt er een speciale regel om toch al leuk mee te kunnen doen. Wij spelen volgens het gebruikelijke wedstrijd format. Beginnen bij 501 en eindigen met een dubbel. Echter beginnende/onervaren darters mogen de eerste 6 wedstrijddagen dat ze mee doen, eindigen op een groot getal en krijgen daarvoor ook de gebruikelijke 2 punten bij winst. Dit is de normale beloning voor het uitgooien met een dubbel. Gooien ze toch met een dubbel uit pakken ze zelfs een bonuspunt en behalen 3 punten.

Er zijn verder wat kleine aanpassingen om de duur van wedstrijden te beperken, maar dat wijst zich vanzelf. Vraag er naar bij ondergetekenden of hoor het als je op de

donderdagmiddag langs komt. In principe wordt er elke donderdagmiddag gespeeld. Van september tot en met mei, eventueel begin juni verloopt het seizoen. Dus het is geen probleem om wat speeldagen te missen of later in het seizoen in te stromen. Er zal een minimum aantal partijen zijn die je gespeeld moet hebben om op de ranglijst voor de prijzen mee te tellen. Er zijn voor het seizoen ook prijzen voor de nummers 1-3. Er is een ranglijst over het seizoen. Aan het eind van het seizoen is er een kampioen. Deze wordt ook met naam vermeldt op de wisselschaal die in het Inloophuis aanwezig is.

Als afsluiting is er een groot finaletoernooi met aparte prijzen, daaraan kun je ook mee doen als je te weinig partijen hebt gegooid om mee te tellen voor de ranglijst. Geen aantal keren mee doen op de donderdag en je mag aan het finaletoernooi in elk geval mee doen. Er zijn dus 2 kampioenen. 1 voor het seizoen en 1 voor het finaletoernooi. Deze finaledag worden de prijzen van het seizoen uitgereikt. De spelers komen op met een bij het darten gebruikelijke opkomstmuziek, je hebt een bijnaam. Deze twee kies je zelf. Natuurlijk met aankondiging en er is meestal best wat publiek. Kortom een groot spektakel. Elders in het blad staat een verslag van de afsluiting van vorig seizoen en de finaledag. Met een aantal flinke verrassingen. Dus wees welkom. De regels worden uitgelegd en er wordt 0,50 cent voor deelname elke dag gevraagd. De eerste keer is gratis.

Paul van der Sluis (de mede organisator is Lyset Ottens)



### ***Klaverjassen***

Donderdagavond is er om de 14 dagen een klaverjasavond in de Inloop. Meedoen kost € 2,00. 1 euro en 50 eurocent is

prijzengeld en 0,50 eurocent voor de bekens aan het eind van het seizoen. Tot eind oktober kun je nog aansluiten bij de competitie. Elke avond staat ook op zich, heeft een eindstand met een klein geldbedrag voor de eerste drie. Wil je een keertje mee doen? Je bent van harte welkom!

uitslag klaverjassen 1 september 2022

1. Gerda 3353 punten
2. Henk S. 3315 punten
3. Derk 3287 punten
4. Tinus 3213 punten
5. Gabriël 3113 punten
6. Marcel 3079 punten

Uitslag klaverjassen 15 september

1. Henk 3724 punten
2. Gerda 3366 punten
3. Gabriël 2951 punten
4. Tinus 2845 punten

De volgende keren zijn: Donderdag 13 oktober en donderdag 27 oktober

Henk Staats

### ***Diverse sporten/spellen***

Elke maandag. Samen sporten. Van 15.00 tot 16.00 uur. In de sportzaal Oosterstraat 72.

Vanaf woensdag 5 oktober elke twee weken poolen, aanvang 13:30 uur.

Bowlen in het bowlingcentrum aan de Wilhelminastraat. Van 14.00 tot 15.00 uur. Er kunnen 5 mensen mee. Bij 4 opgaves gaat het door. Kosten: Tussen de 5 en 6 euro. Opgeven bij de bar tot en met 21 oktober.

Elke vrijdag in principe wandelen (soms eventueel geocaching) vanaf 13:30 uur.

## **Seizoensafsluiting darten 2021/2022 plus finaledag**

Tot nog toe waren er alleen mannelijke kampioenen bij het darten. Zowel in het reguliere seizoen als op de grote finaledag. De competitie darten startte in het Inloophuis meer dan 12 jaar geleden. Als een stukje zo begint, dan verraadt dat waarschijnlijk waar het zo naar toe gaat. Er is een primeur. Darter van het eerste uur Lyset Ottens is de glorieuze kampioen geworden van seizoen 2021/2022. De eerste helft van het seizoen was spannend met stuivertje wisselen tussen Paul van der Sluis, Michel Nijman en Lyset Ottens. Daarna liep Lyset gestaag weg en was al meerdere rondes voor het eind zeker van de titel. Michel pakte op de laatste wedstrijddag de tweede plek net weg voor de kampioen van het voorgaande dart seizoen (voor de Corona perikelen) Paul van der Sluis, die helaas na een val in Den Haag sinds begin februari niet meer kon spelen.

De finaledag was weer druk bezocht en er werden 2 groepen gevormd. Groep Groen met Lyset, Dorothy, Jos, Paul Foekens en Sarah. Groep zwart met Wim, Michel Nijman, Michel Goudriaan en Hennie. Na onderlinge partijen stonden 3 plaatsen in Groen en 3 in Zwart vast als kwartfinalisten. Vanwege het oneven aantal deelnemers moest er een beslissende ronde volgen tussen de 3 onderste darters: Jos, Michel G. en Sarah. daarvan viel Sarah helaas af. Dus de kwartfinales waren ingevuld.

De eerste ging tussen Dorothy en Hennie. Deze werd gewonnen door Dorothy met dubbel 2. De tweede ging tussen een van de favorieten Michel Nijman en Paul Foekens. De eerste sensatie was een feit (als de winst van beginner Dorothy tegen de meer ervaren Hennie dat al niet was) doordat Paul Foekens met dubbel 12 de nummer 2 van de plaatsingslijst er uit gooide. De derde kwartfinale won nummer 1 geplaatst en de kampioen van het seizoen Lyset met een dubbel 8 tegen Michel Goudriaan. Daarna versloeg Wim Jos met een dubbel 19 in de laatste.

In de eerste halve finale had Lyset het best lastig tegen verrassing Paul Foekens, maar won zij toch met dubbel 1 (misschien stiekem wel haar favoriete dubbel?), waarna de dat seizoen nieuw begonnen Dorothy de routinier Wim af troefde met eveneens dubbel 1.

De finale was dus enigszins verrassend tussen Lyset en Dorothy. Daarin had Dorothy wedstrijd (dus toernooi) pijlen op de winst. Na een erg spannende finale, waarin het publiek zich zeker niet onbetuigd liet, pakte op het laatst toch Lyset met dubbel 6 de trofee. Gefeliciteerd Lyset. Het is niet vaak voorgekomen dat de winnaar in het seizoen ook de grote finaledag als winnaar af sluit. Paul van der Sluis

## GGZ Mensen

In 1986 ging het slecht en ging ik hulp zoeken en ik vond hulp. Niet dat het toen beter ging, maar af en toe kon ik mijn verhaal kwijt... In 1987 werd ik gedwongen opgenomen. De hulpverleenster vond me een gevaar voor mezelf en ze vond me psychotisch.... Tussen september 1987 en februari 1992 zeven keer opgenomen. De kortste opname was 3 weken. De langste 14 maanden. Een draaideur patiënt. Door de voordeur naar buiten en via de achterdeur weer naar binnen. Crisisjaren.

Daarna ging het beter. Ook later nog een paar keer een tijdje doorgebracht op een gesloten afdeling. Altijd vrijwillig en niet meer gedwongen. Soms was het nodig. Soms had ik er gewoon zin in : -)

De inloop bezoek ik ook al meer dan 27 jaar. Voor GGZ mensen en anderen die even al dan niet tijdelijk een steuntje in de rug nodig hebben. Gek worden van de omstandigheden of gek worden van jezelf. Soms biologisch en soms gewoon door je mens zijn. Het kan allebei.

Altijd tussen GGZ mensen en anders wil ik soms ook niet meer. Altijd actief voor de doelgroep. Weten wat het is als het even tegenzit. Mensen met een rugzakje die het vaak niet gemakkelijk hebben gehad. Lotgenotencontact is belangrijk voor me. Niet iedereen vindt wat de meesten normaal vinden gekte. Ze vinden het net zo normaal als iedereen. Zelf heb ik dat wat minder : -) Wat is in deze tijd normaal en wat mag je gek(te) noemen ?

Verhalen gehoord over het leven en mensen zien veranderen. Positief en negatief. En wat is negatief ? Geen psychoses meer hebben door de medicatie. Hoe stop je die gekte ? Het doel van de GGZ. Hoe kun je op een leuke en gezonde manier om gaan met wat je hebt meegemaakt. Hoe leer je om gaan met pijn ? Geestelijk ondragelijk lijden moet ik niet vergeten te noemen. En hoe kom je daarvan af ? Soms zijn er geen pillen voor en wat rest is een einde. De pijn gezien van iemand die heeft gekozen voor euthanasie. En terecht. Als ik die pijn had zou ik er ook voor gekozen hebben.

In de inloop vind je verder eigenlijk gewoon normale mensen. Iets anders dan de meesten gewend zijn. Wat je mee maakt vormt je en dan de medicijnen. Soms zie je de medicijnen en niet meer de mens. Ergens anders wordt het minder begrepen dan binnen de inloop.

GGZ en de vele redenen waarom mensen er terecht komen. Tijdens die vele opnames heb ik de vele redenen gezien. Ook gezien hoe medicatie mensen verandert. Soms positief en soms negatief.

Zelf ben ik blij met mijn pilletje. Er zijn dingen die ook ik niet aan kan. Het moet menselijk blijven. Meer dan een mens onder normale omstandigheden aan kan heb ik meegemaakt en blij dat er voor mij wel een pilletje is. Nadelen zie ik ook, maar minder belangrijk.

Niets is zoals het lijkt. Je kunt pas oordelen als je het zelf hebt meegemaakt. En zelfs dan moet je het oordelen soms achterwege laten.

Henk Staats

## Agenda Oktober 2022

### Week 40

**Maandag 3 oktober.** Samen sporten. Van 15.00 tot 16.00 uur. In de sportzaal Oosterstraat 72.

**Maandag 3 oktober.** Bakactiviteit. Aanvang 13.30 uur. Dit is om de 14 dagen.

**Dinsdag 3 oktober.** Muziekmiddag. Aanvang 13.30 uur. Neem je favoriete muziek mee naar de inloop. Samen luisteren. Elpee of C.D.

**Woensdag 5 oktober** Starten we met poolen. Aanvang 13.30 uur. Dit is om de 14 dagen.

**Donderdag 6 oktober.** Dartcompetitie. Elke week. Voor mensen die nog niet kunnen darten zijn er speciale regels. Zodat ze ook een kans hebben. Meedoen kost € 0,50. Vanaf 13.15 uur. (dit geldt voor alle dart middagen: als je pas later dan dit kunt komen, is geen probleem, wij kunnen doorgaan tot 15.30/16)

**Vrijdag 7 oktober.** Dromenvangers maken. Aanvang 13.30 uur. Graag voor 5 oktober opgeven in verband met inkopen materialen. Opgeven kan bij de bar.

**Vrijdag 7 oktober.** Wandelen. Aanvang 13.30 uur. Meer info bij Patrick

**Zondag 9 oktober.** Geopend. Van 13.30 tot 16.00 uur.

### Week 41

**Maandag 10 oktober.** Samen sporten. Van 15.00 tot 16.00 uur. In de sportzaal Oosterstraat 72. Meer info in de inloop

**Dinsdag 11 oktober.** Bezoekersoverleg. Aanvang 13.30 uur. Het laatste nieuws vanuit het team en praat mee over de dagelijkse gang van zaken.

**Donderdag 13 oktober.** Darten. Vanaf 13.15 uur.

**Donderdag 13 oktober.** Klaverjassen. We spelen op zijn Amsterdams. Meedoen kost 2 euro waarvan 1 euro 50 prijzengeld is. Dit is om de twee weken. Aanvang 19.00 uur

**Vrijdag 14 oktober.** Wandelen/geocaching. Aanvang 13.30 uur.



## **Week 42**

**Maandag 17 oktober.** Samen sporten. Van 15.00 tot 16.00 uur. In de sportzaal Oosterstraat 72. Meer info in de inloop.

**Maandag 17 oktober.** Bakactiviteit. Aanvang 13.30 uur.

**Dinsdag 18 oktober.** Activiteitencommissie. Aanvang 13.30 uur.

**Dinsdag 18 oktober.** Filmmiddag. Aanvang 14.30 uur

**Woensdag 19 oktober.** Poolmiddag. Aanvang 13.30 uur.

**Donderdag 20 oktober.** Darten. Vanaf 13.15 uur. Meedoen kost € 0,50.

**Vrijdag 21 oktober.** Wandelen. Aanvang 13.30 uur. Meer info bij Patrick.

**Vrijdag 21 oktober.** Spelmiddag. Aanvang 13.30 uur.

**Zondag 23 oktober.** Geopend. Van 13.30 tot 16.00 uur.

## **Week 43**

**Maandag 24 oktober.** Samen sporten. Van 15.00 tot 16.00 uur. In de sportzaal Oosterstraat 72.

**Woensdag 26 oktober.** Bowlen in het bowlingcentrum aan de Wilhelminastraat. Van 14.00 tot 15.00 uur. Er kunnen 5 mensen mee. Bij 4 opgaves gaat het door. Kosten: Tussen de 5 en 6 euro. Opgeven bij de bar tot en met 21 oktober.

**Donderdag 27 oktober.** Darten. Vanaf 13.15 uur.

**Donderdag 27 oktober.** Klaverjassen. Aanvang 19.00 uur.

**Vrijdag 28 oktober.** Wandelen of actief. Aanvang 13.30 uur.

## **Week 44**

**Maandag 31 oktober.** Samen sporten. Van 15.00 tot 16.00 uur. In de sportzaal Oosterstraat 72. Meer info in de inloop

**Opgeven is niet nodig. Tenzij het staat vermeld!!**

*Alles onder voorbehoud. Er kunnen nog activiteiten bijkomen. Die vind je dan op het prikbord... Meer info en actuele info op onze website en Facebook.*

# Menulijst oktober 2022

Maandag 3 oktober	Gekookte aardappelen, wortelen en slavink
Dinsdag 4 oktober	Gekookte aardappelen, sperziebonen en een speklap
Woensdag 5 oktober	Macaroni
Donderdag 6 oktober	Rösti, salade en schnitzel
Vrijdag 7 oktober	Chili con carne met komkommer en tomaat salade
Maandag 10 oktober	Stamppot zuurkool met een saucijs
Dinsdag 11 oktober	Rijst met kip kerrie
Woensdag 12 oktober	Krieltjes, broccoli en een karbonade
Donderdag 13 oktober	Spaghetti
Vrijdag 14 oktober	Gekookte aardappelen, spruitjes en een gehaktbal
Maandag 17 oktober	Bami met satésaus
Dinsdag 18 oktober	Preischotel met kerriesaus en gehakt
Woensdag 19 oktober	Gekookte aardappelen, spinazie en een rundervink
Donderdag 20 oktober	Hutspot met spekjes en saucijs
Vrijdag 21 oktober	Penne met groenten, gehakt en tomatensaus
Maandag 24 oktober	Gebakk. aardappelen, rode bietensalade/runderburger
Dinsdag 25 oktober	Stamppot rauwe andijvie met spekjes, gehaktbal
Woensdag 26 oktober	Gekookte aardappelen, rode kool en vlees
Donderdag 27 oktober	Rijst met sperziebonen en runder stoofvlees
Vrijdag 28 oktober	Stamppot boerenkool met rookworst
Maandag 31 oktober	Witlof ham/kaas met aardappelpuree