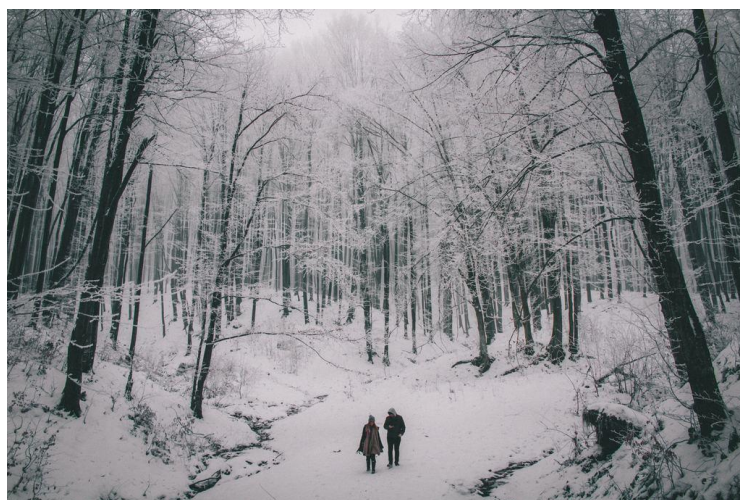


# *Inlopertje*

*Maandblad van Inloophuis De Emmerdennen*



Februari 2020

Dit is een uitgave van: Het Inloophuis 'de Emmerdennen'  
Boslaan 135, 7822 EP Emmen. **Tel.: 088-8789628**

De inloop is een vrijetijdsvoorziening van Cosis  
Meer informatie vind je op onze website: [www.inloophuisemmen.nl](http://www.inloophuisemmen.nl)

Aan dit nummer werkten mee: Team Inloop, Harm, Marco, Tinus en Henk  
Eindredactie: Henk Staats.

Stukjes voor de Inlooper en reacties graag sturen naar [h.staats@home.nl](mailto:h.staats@home.nl)

Hallo allemaal,

Het is vandaag 12 januari en de kop is eraf. 2020 en een nieuw jaar en natuurlijk goede voornemens. Vaak duurt dat nooit zo lang. Ik heb me aan het eind van het vorig jaar al iets voorgenomen en ik ga daar gewoon mee door. Minder schrijven is er 1 van en ook dat is tot nu toe gelukt. Mijn blog en voor velen van jullie onbekend en voor sommigen goed bekend. Veel heb ik er hier nog niet van geplaatst dus kan nog even vooruit..

2020, een jubileumjaar en 25 jaar aan de Boslaan. 5 jaar geleden was er ook al een inlooptje en toen veel aandacht voor de geschiedenis van de inloop. Een aantal van die stukjes zal ik de komende periode herplaatsen. Geschiedenis verandert niet 😊.

Nog steeds een inloop in Emmen en ook dat is niet echt vanzelfsprekend en hoe lang nog en gaan bijvoorbeeld de openingstijden en de plek veranderen.... Geld speelt dan een voorname rol. Als het om de plek gaat. Het pand staat te koop en wat wil de nieuwe eigenaar er straks mee en is er dan nog een plek voor ons ? Vele vragen en weinig antwoorden en de tijd zal het leren. Dit jaar zal er denk ik verder niet veel veranderen en je weet natuurlijk nooit.

De winter en nog steeds geen echte winter. Nog nauwelijks nachtvorst van betekenis en ook sneeuw heb ik nog niet gezien. De opwarming van de aarde zal hier wel een rol bij hebben. Ik heb nog steeds zin in sneeuw en ijs en we zien wel wat er nog komt.

Lezen en niet lezen en soms vraag ik me af hoeveel bezoekers dit krantje echt lezen. Zelf weet ik van een aantal dat ze het wel doen en van anderen dat ze het niet lezen.. Ik vind het nog steeds leuk om dit krantje te maken en dat is voor mezelf het allerbelangrijkste. Soms zin om te stoppen en verder te gaan met een nieuwsbrief met minder tekst en met minder bladzijden. Misschien later in het jaar. Voorlopig nog genoeg inspiratie en energie om op deze manier verder te gaan.

Copy voor het volgende nummer moet binnen zijn op vrijdag 7 februari.  
Veel leesplezier en tot de volgende keer.

Henk Staats

# Inhoudsopgave

	Paginanummer
Kerstdiner	4
Mag het ook wat minder snel ?	5
10 weetjes over schrikkeldag	6
Gluren bij de burens	8
Levenservaring	9
10 verrassende weetjes over Valentijn	10
Wachten op het einde der tijden	11
Moppentrommel	12
25 jaar inloop en hoe het voor mij begon	13
Enkele spreuken en gezegden	15
Van harte gefeliciteerd	16
Uitslag klaverjassen	16
Enkele gedichten	16
De invloed van de volle maan	17
Bijdrage van Marco	19
Menu van de maand	21
Agenda	22
Menu eetcafé	24

# Kerstdiner 2019

## Menu Kerstdiner 19 december 2019

Entree van bladerdeeg

\*

Soep

\*

Beenham met saus

Aardappelschijfjes

Aardappelkroketjes

Diverse groentes

\*

IJs en vruchten

\*

Koffie met chocolaatjes

Traditiegetrouw vindt elke laatste donderdag voor Kerst het kerstdiner plaats. En traditiegetrouw doe ik mee en voor deze gelegenheid heb ik mijn lief meegenomen.

Dit jaar dus weer en op 19 december. Alles gaat verder gewoon door dus ook het lunchcafé en inloop. Tijdens het lunchcafé werd er al hard gewerkt om de maaltijd voor te bereiden. Daarnaast natuurlijk ook de gebruikelijke bestellingen tijdens het lunchcafé

S 'middags werd de inloop ingericht en de extra tafels kwamen van boven. In verband met de kerst was de Inloop al mooi versierd.

Om 17.00 uur was het zover en konden we aan tafel. Tussen de 25 en 30 mensen

deden mee en ook dat is traditiegetrouw gewoon geworden.

Na de opening door Gini werd de entree van bladerdeeg geserveerd en hierna de soep. We mochten als het om de soep gaat kiezen uit twee soorten. Wat opvalt is de vlotte bediening en dan merk je dat met name Gini en Lyset een jarenlange ervaring hebben als het gaat om het Kerstdiner. Hoe alles vlotjes verloopt en er geen enkele wanklank is. Hoe de porties van het hoofdgerecht kloppen en per tafel verdeeld worden. Petje af en we zullen wat dit alles betreft Gini wel gaan missen. Bas moet ik niet vergeten te noemen en het is een topkok.



Na twee uurtjes zat het diner er weer op. Deze keer geen takenlijst en iedereen werd gevraagd zelf iets te gaan doen waar men goed in is. Binnen de kortste keren stond alles weer op zijn plek en was de afwas gedaan.

We kunnen terugkijken op een goed georganiseerd en lekker kerstdiner en ik heb nu al zin in volgend jaar en dat mag nog wel even duren 😊

Henk Staats

## Mag het ook wat minder snel?

Binnenkort glasvezel in de wijk en een aansluiting in ons huisje. Schijnt sneller te zijn dan internet via de kabel. Hoeveel sneller het internet al is geworden vergeleken met de begintijd. En wil ik wel sneller internet? Het mag ook wel wat langzamer. Downloaden doe ik allang niet meer en waarom sneller en sneller?

Zondagochtend en het afgelopen jaar elke zondagmorgen even lopend naar de winkel en ik maak er een sport van om het zo rustig mogelijk te doen. Ik zie al die mensen in hun auto en hoeveel haast ze hebben. Ik vind het dan wel grappig dat ik daar niet aan mee doe.

4g of 5g. Internet via die telefoon en ook dat moet sneller en sneller. De risico's voor de gezondheid schijnen er ook te zijn. Afgelopen jaar een stukje gezien over mensen die stralingsgevoelig zijn en hoe er bijna geen plekje is te vinden zonder die straling.

Sneller en sneller en de noordeling wil nog sneller naar de randstad kunnen. Hoeveel miljoenen euro's 10 minuten tijdwinst kost. Goed voor de economie zegt men.

Niet altijd sneller en sneller en de maximumsnelheid voor de automobilist gaat naar beneden. Van 130 naar 100 km per uur en ook dat is nog snel 😊. Ook de politiek is een uitzondering op de regel en hoe men altijd de tijd neemt voor nieuwe wetten en nieuwe regels. Ook dat is wel handig en zo heb je de tijd te wennen aan en soms mag dat van mij wel wat sneller 😊.

Hoe snel het leven gaat als je ouder wordt. Regelmatig lees ik weer een stukje over de biologische klok en hoe snel de tijd lijkt te gaan als je boven de 50 jaren oud bent. Ook ik merk dat af en toe en weer een goede reden om het rustig aan te blijven doen.

In de rij voor de kassa en wachten mag niet meer. De Jumbo en de 4<sup>de</sup> wachtende kan korting krijgen en hoe snel het afrekenen gaat en hoe snel en gemakkelijk iedereen meedoet.

Een fiets en een elektrische en hoe ik niet harder wil dan 20 km per uur en als het kan nog wat langzamer. Soms heb ik haast en haal ik de 25. Op tijd vertrekken en je hoeft nooit haast te hebben.

De trein en hoe snel het landschap langs je voorbijlijdt. Elke 14 dagen naar het zuiden en meer dan 3 uur heen en 3 uur terug en de 120 km per uur tikt het regelmatig aan. En vaak sneller. Langzamer en meer dan 4 uren onderweg en van mij hoeft dat dan ook weer niet 😊

De snelheid en hoe snel we moeten leven en hoe snel we bijvoorbeeld van a naar b willen en hoe langzaam doen uit de mode is. Produktiviteit en hoe snel we moeten werken en soms moet je voor iets de tijd nemen en dat mag bijna niet meer...

Ik doe er niet meer aan mee en ik ben blij en dankbaar voor het feit dat ik niet meer mee hoeft te doen. Lekker rustig aan ouder worden en langzaam op naar de volgende dag.

Henk Staats

## 10 weetjes over schrikkel dag

Eens om de vier jaar telt de maand februari 29 in plaats van 28 dagen. Dat wordt gedaan om het verschil tussen onze gregoriaanse kalender en de maankalender weg te werken. Vandaag is het weer zover, daarom volgen hier tien leuke weetjes over schrikkel dag.

### De Gregoriaanse kalender

Een normaal jaar telt volgens onze kalender 365 dagen maar het kost de aarde net 5 uur, 48 minuten en 46 seconden langer om rond de zon te draaien. Om dat te compenseren voerde Julius Caesar op het einde van de laatste maand van het jaar, toen februari, een schrikkel dag in. Volgens Caesars plan zou elk jaar dat deelbaar is door vier een schrikkeljaar worden, maar dat resulteerde in een teveel aan schrikkel dagen waardoor de maankalender en de Romeinse kalender opnieuw niet meer overeen kwamen. Het duurde nog tot 1582 alvorens er met de invoering van de gregoriaanse kalender een oplossing kwam.

### Drie kinderen op drie schrikkel dagen

Er werden over de hele wereld zo'n vier miljoen mensen op 29 februari geboren. Omdat zij anders telkens vier jaar geduld moeten uitoefenen alvorens ze hun verjaardag kunnen vieren, kiezen ze er meestal voor om op 28 februari of op 1 maart te verjaren. Een Noorse vrouw slaagde er in om op drie opeenvolgende schrikkel dagen drie kinderen op de wereld te zetten. In een Ierse familie werden dan weer drie generaties op rij op een schrikkel dag geboren.

### Zeldzame ziekte dag

61 landen erkennen schrikkel dag als 'zeldzame ziekte dag'. Op die dag vragen ze aandacht voor onderzoek naar kwalen waarvoor nog geen geneesmiddel bekend is. België is een van die landen. Op schrikkel dag vindt dit jaar in Brussel een nationale conferentie plaats, waar een nieuw uitgewerkte strategie rond het bestrijden van zeldzame ziekten zal besproken worden.

### Alternatieve kalenders

Niet iedereen is even tevreden met een schrikkeljaar. In het verleden hebben verschillende mensen voorstellen gelanceerd om komaf te maken met het systeem van het schrikkeljaar. Zo stelden de astronoom Richard Conn Henry en de econoom Steve Hanke onlangs een nieuwe kalender voor met 364 dagen per jaar, waaraan om de paar jaar een minimaandje zou worden toegevoegd .

### Huwelijksaanzoek door vrouwen

29 februari is traditioneel de dag waarop het voor vrouwen toegelaten is om het initiatief te nemen op het gebied van romantiek. De traditie gaat terug tot het Ierland van de 5de eeuw toen Sint Bridget tegen Sint Patrick klaagde over het feit dat de vrouw steeds maar moest wachten op het aanbod van de man.

Sint Patrick gaf uiteindelijk toe en verklaarde dat 29 februari voortaan de dag zou zijn waarop de vrouw de man ten huwelijk mag vragen.

## Twaalf handschoenen

In Schotland zou er een wet hebben bestaan die stelde dat als een man op schrikkeldag een huwelijksaanzoek van een vrouw weigert, hij een boete moet betalen. In sommige streken bestaat die boete uit het aankopen van twaalf paar handschoenen voor de vrouw, zodat ze die kan dragen om te verbergen dat ze geen verlovingsring draagt.

## De Schrikkelseconde

Naast de schrikkeldag bestaat er ook de schrikkelseconde. Die wordt om de paar jaar bijgevoegd om de atoomklok te synchroniseren met het ronddraaien van de aarde. Onlangs kwamen 70 afgevaardigden van 70 naties samen in Genève om te bespreken of de schrikkelseconde moest blijven of verdwijnen. De 70 naties beslisten uiteindelijk om de beslissing drie jaar uit te stellen.

## Ongeluksdag

In Schotland staat schrikkeldag ook bekend als een ongeluksdag, een beetje zoals vrijdag de 13de. Op schrikkeldag geboren wordt brengt volgens de Schotten dan ook ongeluk met zich mee. In Griekenland geloven ze dan weer dat wie trouwt in een schrikkeljaar een ongelukkig huwelijk zal hebben.

## Een zwanger jaar

Schrikkeljaren komen ook voor in andere kalenders, al hebben die elk hun eigen systeem. Aan de Chinese kalender bijvoorbeeld wordt er in een schrikkeljaar gewoon een maand toegevoegd die dezelfde naam draagt als de voorbije maand. Een schrikkeljaar komt in China ongeveer om de drie jaar voor. Waar de schrikkelmaand zal geplaatst worden hangt van jaar tot jaar af. In de Joodse kalender staat een schrikkeljaar dan weer bekend als een 'zwanger jaar'. Ook bij hen wordt het jaar gewoon tot dertien maanden verlengd. Een schrikkeljaar komt in de Joodse kalender zo'n zeven keer in dertien jaar voor.

## Geen echte dag

Tot driehonderd jaar geleden werd 29 februari niet gezien als een echte dag. Als gevolg daarvan werden er op schrikkeldag geen zaken gedaan.

## Schrikkeldagparade

De stad Anthony in de Amerikaanse staat Texas ziet zichzelf als de schrikkeljaarhoofdstad van de wereld. Er wordt elk schrikkeljaar een grote parade gehouden waar schrikkeldagbaby's van over de hele wereld naartoe komen. (PC)

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



# *Gluren bij de buren*

*Er staat een gloednieuwe editie van Gluren bij de Buren Emmen voor de deur! Op zondag 9 februari 2020 worden huiskamers door de hele gemeente omgetoverd tot tijdelijke podia voor lokaal talent. Het Perzisch tapijt wordt tot podium gebombardeerd en de hoekbank tot tribune. Tussen 12.00 en 17.00 uur zijn er optredens van rapformaties tot theatermakers en van cabaretiers tot 30-koppige koren. Kortom, voor ieder wat*

*Ook het inloophuis doet mee !!*

*Met een optreden van het gelegenheidsensemble Moeder Aarde voortgekomen uit de musical Hutspot.*

*7 enthousiaste zangers en zangeressen en een swingend combo. Piano/keyboard, percussie, basgitaar en klarinet*

*Ze brengen Nederlandstalige liedjes uit de musical*

*We zijn vanaf 12.15 uur geopend en na het laatste optreden sluiten we de deuren*

*Optredens om; 12.45, 14.15 en 15.45 uur*

*Voor bezoekers, buren en andere belangstellenden !!*

*Entree gratis en een vrije gift mogelijk*

*Kijk voor het actuele nieuws op onze website of op de website van gluren bij de buren: <https://glurenbijdeburen.nl/emmen>*



## Levenservaring

Levenservaring is belangrijker dan een diploma gehaald op meerkeuzevragen. Ik hulpverleners gehad met een HBO-diploma die zo dom waren als klaverstro. Ik heb ze moeten leren over geschiedenis, muziekkennis, medische wereld, medicatie, Nederlandse taal en geschiedenis. Ik had eigenlijk geld dus in principe geld moeten ontvangen van hun. Ik heb laatst een officiële wettelijke HBO test gedaan op Het Werkplein in Emmen gedaan.

Het was Pittig!!!

maar ik scoorde bovengemiddeld hoog met als pieken het Nederlands in zowel "woordrelaties en woordenschat" en mijn Betá-vakken en het "snapvermogen" was gewoon goed. Dit na een ernstige hersenkneuzing en vele hersenbloedingen in 2010. Plus daarbij mijn bierverslaving en verslaving aan kalmeringstabletten: Benzodiazepines en de antipsychoticum: Seroquel. Dus er zoveel letse moeten zijn ik geen HBO-niveau heb, maar ik heb het wel, bewees de uitslag van de tekst. dat De uitslag.

Maar i.q. zegt niet alles, er is meer dan i.q.! Kennis vergaart je door een diploma, maar Levenservaring is méér dan dat: Kennis gebruiken, je blijven verdiepen in de nieuwste ontwikkelingen blijven doordenken ( meta-denken) door niet alles te geloven wat je ziet in boeken, krant, tijdschriften. En door niet te geloven in alles wat men zegt de waarheid is. Iedereen denkt feilloos te kunnen denken ( Daniël Kahneman), maar uit wetenschappelijke test is gebleken dat heel veel mensen zakken voor een neurotische test. levenservaring haal je uit je eigen leven, van je fouten kun je pas leren en een mens mag fouten maken, want een mens is geen machine. Als een machine stuk is kun je het weggooien, echter de mens kan veranderen zij het in kleine marges. Houd je niet aan alle regels, want dan word je lui en dom en ben jij in dienst van de regels. Als je zelf nadenkt zet je je brein in werking en kun je gebeurtenissen situaties en gebeurtenissen of wat dan ook van meerdere kanten belichten. Er zijn meer wegen die naar Rome lijden. Ik bedoel met een ongebruikelijke andere manier van denken kun je ook ontdekken of iets uitvinden. Leest boeken ( Maar denk zelf ook na ) Bouw een netwerk op van die één kun je iets anders leren dan bij de ander.

Maar ga niet voor eenander denken oftewel **n.i.ve.a Niet Voor Een Ander Invullen!**, filosofer. Ga niet liegen als je iets belangrijks niet weet maar zet je hersenen in werking zodat je meer te weten krijgt De waarheid komt altijd boven tafel en je zult ondanks je diploma compleet kapot branden tot een uitgedoofde fakkel, die als as op de grond valt en door de wind verder waait in het universum.( Een stijlform: parabool). (Het grote universum, waar de wetenschap méér van weet dan van ons brein! En vergeet niet te ontspannen en te genieten van de belangrijkste dingen. dat zijn geen materialistische dingen, maar de essentiële dingen zoals een complimentje, oprechte steun van een vriend(in), een lekker bakje koffie dat door je lief gezegd wordt, lachen met elkander. Het materialistische neem je niet mee op je sterfbed, maar je mooie herinneringen zullen met je meegaan tot het laatste uur van het liggen op je sterfbed, geloof ik, want ik weet ook niet alles. Mijn hoogst **genoten** opleiding was MBO-plantenteelt en daar heb ik een diploma van. Maar ik ben leergierig en sta open voor de meningen van anderen, mits die mening gegrond is. Van de dooddoener: "Het is zo, omdat het zo is" ben ik gauw met de ander uitgeluld. Onze baas van Nederland heeft diploma's voor geschiedenis. Maar wat doet deze oelwapper hiermee; Steeds dezelfde fouten maken als honderd jaar geleden door het kabinet. Hij heeft dus vooral geleerd: Hoe het NIET moet en dat doet Mark Rutte verdomde goed. Sarcastisch neem ik de pet voor hem af. Heel veel mensen moeten nog leren om goed met elkaar te communiceren. In een privé-relatie of in een zakelijke/ systeemrelatie. Want vrijwel fouten in de maatschappij ontstaat door KROMMUNICATIE!!!

Amen.

Geschreven door B.K.M. Peters©

# 10 verrassende weetjes over Valentijn...

**Love it or hate it ... Valentijnsdag komt er weer aan, de dag van de liefde. Of je nu een partner hebt of niet, er is een grote kans dat je nog iets kan opsteken over de liefde.**

**Hieronder zetten we de 10 meest verrassende weetjes over Valentijn op een rijtje.**

- Valentijnsdag wordt ieder jaar gevierd op **14 februari**. Deze dag is een feestdag in veel landen over de ganse wereld, hoewel het in de meeste landen een gewone werkdag blijft. Het is de op één na meest gevierde dag ter wereld (na Nieuwjaarsdag).
- In Maleisië, Iran, Rusland, Saudi-Arabië, Indonesië en Pakistan is Valentijnsdag **verboden!** Valentijn vieren met bloemen, chocolaatjes of een glas wijn, kan zware straffen opleveren.
- In **Japan** geven vrouwen op Valentijnsdag chocolaatjes **cadeau** aan hun geliefde, aan vrienden en mannelijke collega's. Mannen daarentegen geven een kadootje aan hun geliefde of vriendin op 14 maart, dag die gekend staat als Witte Dag. Typische geschenken zijn witte chocolaatjes, lingerie en juwelen.
- Voor de Argentijnen is één dag niet genoeg. Zij trekken een hele week uit om Valentijn te vieren. Daarenboven reserveren ze in juli nog eens zeven dagen om de "week van de **romantiek**" te vieren!
- Op Valentijnsdag worden doorgaans geen wenskaarten uitgewisseld. Kerstmis is daarvoor een meer geschikte periode.
- Leraars ontvangen de meeste Valentijnskaarten.
- Bijna drie vierden van de mannen vinden **bloemen** het ideale **Valentijnscadeau**.
- Huisdieren kunnen ook uw **Valentijn** zijn. Van alle mensen die een huisdier hebben, voorzien ongeveer 3 percent een **Valentijnscadeau** voor hun huisdier.
- Een **Valentijnsgeschenk** wordt het meest gekocht door vrouwen – zelfs voor henzelf!
- Het meest fantastische liefdesgeschenk is de Taj Mahal in India. Het werd gebouwd door Mughal Keizer Shahjahan als aandenken aan zijn vrouw.

Bron: <https://misterminit.eu>

## Wachten op het einde der tijden

Een Drents gezin levend in een afgelegen boerderij. 1 vader en 6 kinderen tussen de 16 en 25 jaren jong. De kinderen denken dat ze de laatsten zijn en er zit niets anders op dan te wachten op het einde. Het gezin is zelfvoorzienend en scholing hebben de kinderen niet gehad. Voor mij het nieuws van de dag en dat dat in deze tijd en in ons landje kan.

Ik ken wel verhalen van volkeren levend in het oerwoud. Geen tv en geen radio en ook denkend dat de wereld niet groter is dan het bos. Af en toe een blanke die komt filmen en dat is het dan wel.

De westerse mens die daar dan zo ver mogelijk vandaan moet blijven. Zogenaamd om de beschaving te brengen en intussen.....

Eeuwen geleden en de komst van de blanke man naar Afrika en de kraaltjes en spiegeltjes waarmee men indruk wilde maken op de zwarte man en daaropvolgend de slavenhandel. Hoe ze alles beter wisten. Afgesneden van de radio, de tv en de krant en zelfvoorzienend leven en niet weten dat er ook nog een ander leven kan zijn. Het moet wel een schok voor die kinderen zijn dat er nog meer mensen zijn en dat het einde der tijden nog ver weg is.

Ik kijk wel tv en zo af en toe zie ik dan beelden van mensen die kiezen voor een leven buiten het systeem en het kan. Mensen die ook zien dat het systeem nergens toe leidt en die het anders doen en ook de mogelijkheden hebben om het anders te doen. Zonder media en zonder handel en zonder nog veel meer. Stel, ik heb de mogelijkheden en de kennis. Zou ik dat dan ook willen? Weg van alles en samen met mijn lief in een hutje op de heide. Me niet bewust van alles wat er mis is en me niet bewust van het leven van anderen. Ik ken wel mensen die het doen zonder tv en de krant en het internet. Zou zelf niet zonder willen en ik zou me ook ontzettend gaan vervelen 😊.

Leren zelf mijn groente te verbouwen en leren te slachten en nog veel meer leren dus ik denk dat het met de verveling wel mee zal vallen. Willen en ik zou het niet willen.

Vind het wel gemakkelijk. De supermarkt en nog veel meer. Het nieuws volgen en wil ik wel zonder.... Zonder zou me wel gelukkiger kunnen maken. Het einde der tijden en de gelovigen. Daar moest ik toen gelijk even aandenken. De dag des oordeels en alle ongelovigen worden opgeruimd en wat rest zijn de goeden en geen oorlog meer en het paradijs is een feit. Ook dat zie ik als een sprookje en niet echt realistisch en nog veel meer niet.... Niet gehinderd door scholing en niet gehinderd door al die invloeden die met name de media op je heeft. Misschien( heel misschien en de kans is klein) probeer ik het binnenkort een tijdje. Geen krant en geen tv en geen internet en ik ben wel benieuwd wat dat met mijn humeur en met mijn mens zijn zal doen. Helemaal alleen lijkt me dan te saai en niet te doen. Wetende dat ik niet zonder andere mensen kan.

Ach aan de andere kant.... Een goede schizofreen is nooit alleen 😊.

Henk Staats

# Moppentrommel

Ene werknemer tegen de andere: "Onze nieuwe directeur heeft niets te veel gezegd toen hij aankondigde ons bedrijf tot leven te wekken." "Hoe bedoel je?" vraagt de ander. "Hij is hier amper een half jaar bezig en er zijn al twee secretaresses zwanger!"

Een Fries loopt door Amsterdam. Komt een junkie naar hem toe en vraagt: "Hey, moet je nog wiet?" "Nee," zegt de Fries, "ik blijf vandaag hier!"

Er is een overstroming en vader, moeder en Jantje zitten op het dak. Plotseling drijft er een hoed voorbij. Eerst drijft hij naar links, dan weer naar rechts, dan weer naar links. Dit herhaalt zich voortdurend. "Wat is dat nu?" vraagt Jantjes moeder. Jantje: "Oh, dat is de buurman. Die ging het gras maaien, weer of geen weer!"

Een soldaat komt de kazerne binnen met een biljartkeu over zijn schouder. "Hé!" roept de sergeant, "wat doe jij met die keu op je schouder?" "Ik heb net mijn schoonmoeder morsdood geslagen, sergeant." Vraagt de sergeant: "In hoeveel beurten?"

En, Pietje, heb je tegen de meester gezegd dat je gisteren niet op school kon komen omdat mama een tweeling heeft gekregen? "Nee, pa, ik heb maar één baby genoemd. Die andere bewaar ik tot volgende week. Krijg ik weer een dagje vrij."

Schept de ene visser op tegen de ander dat hij een zalm heeft gevangen van wel 10 kilo. "Dat geloof je toch zelf niet," zegt de ander. "Waren er getuigen bij?" "Natuurlijk," zegt de visser. "Anders had hij minstens 15 kilo gewogen."

Een man begon aan een nieuwe loopbaan op een kantoor. Op zijn eerste dag moest hij gelijk met de computer werken. Gelukkig zat er een menubesturing op. Bij het opstarten had hij de keuze uit drie mogelijkheden. "1. Ga naar Microsoft Word", "2. Ga naar Dos" en "3. Ga naar de Bahama's". Nieuwsgierig koos hij voor de optie "Bahama's". Op het scherm verscheen de tekst: "Dat zou u wel willen."

Er komt een vertegenwoordiger in stofzuigers langs bij een boerderij. Hij belt aan, de boerin doet open. De vertegenwoordiger begint te praten: "Dag mevrouw, ik ben vertegenwoordiger van hele goede stofzuigers: die zuigen echt alles, maken alles schoon. En om het te bewijzen, maak ik nu uw tapijt even vuil." En de vertegenwoordiger gooit een hele doos met vuiligheid over de vloerbedekking en zegt: "Met mijn stofzuiger maak ik dat weer helemaal brandschoon. Ik garandeer u: elke korrel die blijft liggen, eet ik persoonlijk van de vloer." Zegt de boerin: "Nou begin dan maar vast te eten, want we hebben geen elektriciteit."

Stralend zegt zij na de verloving: "Als we getrouwd zijn, schat, krijgen we drie kinderen!" "Hoe weet je dat zo precies, liefje?", vraagt de aanstaande bruidegom. "Ze wonen nu nog bij mijn moeder."

Verontwaardigd roept mevrouw Van Dam tegen de loodgieter: "Hoe heeft u dat ooit gedurfd, mijn dochter te kussen in die donkere kelder?" Antwoordt de loodgieter: "Dat vroeg ik me ook af toen ik haar later in het licht zag..."

## 25 jaar Inloophuis en hoe het voor mij ooit begon !!

*Iemand die zich gewaardeerd voelt zal altijd meer zijn en doen dan verwacht. Zowel in de liefde als op het werk. (K. Salmanscha)*

On het heden te begrijpen moet je het verleden kennen en ik wil jullie even meenemen naar 1991. De wereld en de zorg en ook de psychiatrie zagen er toen veel anders uit. Als het gaat om de dagbesteding en beschermd wonen. Die waren er in 1991 nog niet of nauwelijks en ook was de psychiatrie veel kleiner.

In 1991 ging ik na een opname van 14 maanden in de GGZ met ontslag. Het was een opname van 14 maanden en er ging een heel traject aan vooraf. De ene na de andere opname en ik was een draaideur cliënt. Door de voordeur met ontslag en na verloop van tijd door de achterdeur weer naar binnen. Het ging dus niet zo goed. Wat ik tussendoor als meeste miste was een plekje waar je naar toe kon en waar je dan jezelf mocht zijn. In 1991 dus weer met ontslag en weer naar huis en ik was vastbesloten om het dit keer te redden. Mijn streven was om minimaal een jaar uit de inrichting te blijven. Het advies was beschermd wonen en dat zag ik niet zitten. Mijn wereldje was klein en naast wat contacten met familie en een paar vrienden overgehouden uit de ggz periode was er niet zoveel. Wel veel contact met de RIAGG en daar kreeg ik te horen dat er een dagbestedingscentrum in Emmen zou komen. In de herfst van 1991 nam ik er een kijkje en het was in de voormalige Maria school in Emmerhout. In de opstartfase en begin 1992 zou het open gaan. Vooral de hartelijke ontvangst bleef me bij en ik zag het leven weer wat zonniger in.

Januari 1992 en er was een nieuwjaarsreceptie in de school en de start was er. Ik besloot gelijk er veel naar toe te gaan en ik nam de koffie op me. De eerste kopjes koffie waren moeilijk. Veel zelfvertrouwen had ik niet meer en ik was niet gewend aan onbekend gezelschap en praten was ook moeilijk. Maar dat was niet erg en ik werd geaccepteerd en men zag niet alleen de buitenkant.

Als ik dan aan die tijd terugdenk kun je het simpel samenvatten. Veel koffie, acceptatie en klaverjassen. Men noemde het een werkleerproject en het was bestemd voor mensen met een psychiatrische achtergrond. Verder was er een houtbewerking, een naaiatelier en er stond een computer.

Vertrouwen en gewaardeerd worden was voor mij het allerbelangrijkste en dit kwam ik hier tegen en het was iets wat ik tot dan toe had gemist. En het werd steeds drukker. Zelf ging ik computerles volgen. Ook om anderen les te kunnen geven en ik maakte mijn eerste krantje. Met letterlijk knippen en plakken en ook de tekstverwerking zag er veel anders uit. Er was bijvoorbeeld geen internet en ook windows was er nog niet.

Het grootste verschil met nu is dat alles nog in de pioniersfase verkeerde en er nog geen managers waren. Ook de opleidingen zijn in deze tijd natuurlijk anders. Ook geld speelde nog geen rol en dat was er genoeg. Van binnen de inrichting naar buiten en ook wonen en dagbesteding gingen de samenleving in.

Het wekleerproject zoals het toen genoemd werd was een project van GGZ Drenthe en samen met de RIBW Drenthe werd DAAT opgericht. Gericht op dagbesteding en ontwikkeling en ook aandacht aan terugkeer naar werk.

1994 en het werd steeds drukker. Niet zozeer de dagbesteding maar de inloop en dagelijks kwamen er meer dan 30 mensen. Ik denk dan vooral met een glimlach terug aan de vele kopjes koffie die ik heb uitgeserveerd en dan de afwas. Ik had twee kannen en dat betekende 24 kopjes en ik was ze ook allebei nodig !! DAAT-Drenthe kreeg vorm en er kwam meer structuur en ontstonden er andere ideeën en steeds meer mensen vielen uit en kwamen in psychische nood. Ik zat zelf in de deelnemersraad en men vond dat het tijd werd voor ontwikkeling en verandering. De start van een echt dagbestedings centrum en de start van een aparte Inloop. Men had een beeld van een dagbestedingscentrum gericht op mensen die door hun ziekte niet meer konden werken en een Inloop gericht op vrije tijdsbesteding en ontmoeting en daarnaast het aanbieden van een maaltijd. Er werd een medewerkster in dienst genomen voor het ontwikkelen van een inloop. Dus op zoek naar een pand en er werd al begonnen met het aanbieden van een maaltijd en een inloop op zondag. Gerry (de medewerkster) deed 1 zondag en ik bood aan ook een zondag te doen en al heel snel draaide ik drie zondagen in de maand inloop. Mijn zelfvertrouwen groeide en ik voelde me gewaardeerd. Het eetcafé was ook populair en we hadden besloten dat er maximaal 10 mensen mochten meedoen. Een rooster was het gevolg en om de beurten mee eten.

In 1994 kwamen er ook twee vrijwilligsters op het naaiatelier en met eentje van die twee kreeg ik in 1995 een relatie en we zijn nu al jaren gelukkig getrouwd maar dat terzijde.

Op 1 januari 1995 kregen we de sleutel van Boslaan 135, het huidige pand en samen op stap om de stoelen uit te zoeken en alles werd samen met de toekomstige bezoekers gedaan. 1 ging mee voor de gordijnen en een ander ging mee voor het tapijt en samen schilderen en schuren. En 1 maart 1995 ging het inloophuis van start. Elke zondag open en twee keer in de week een warme maaltijd en een inloop op de donderdagmiddag en twee avonden. Zelf kookte ik 1 keer in de week en dan de zondagen en een enkele avond.

De volgende keer over hoe voor mij het verder ging

Henk Staats

# **Enkele spreuken en gezegden**

door Harm Haandrikman

**Niet zoveel praten – doe iets.**

**Zorg voor meer rendement, produceer een glimlach.**

**Begin de maandagmorgen met uw zaterdagmiddaghumour.**

**Dankbaarheid is het geheugen van het hart.**

**Wie werkt moet betaald worden. Wie betaald wordt moet werken.**

**Een ander weet ook het een en ander.**

**Wie geen fouten maakt, maakt meestal niets !!**

**Jonge mensen niet opvoeden is een misdaad.**

**Hebt U niets vergeten? Ook de kleine attentie niet.**

**Een mens is maar waard, wat hij thuis waard is.**

**Zoek geen grote woorden als een klein gebaar volstaat.**

**Hang je regenwolken te drogen aan de zon.**

**Media: Wat krijgen we allemaal te slikken.**

**Wegen naar vrede lopen niet door straten van geweld.**

**Een beetje humor, je beste medicijn.**

**Ga nooit met een kwaad hart slapen.**

**Mensen zonder geweld.... Geweldige mensen.**

**Nooit lachen, dat is niet serieus.**

**Kijk ook eens naar jezelf, als het niet te moeilijk is.**

**Wie altijd gelijk heeft, daar is niet mee te leven.**

**Andersdenkenden denken ook.**



## **Van harte gefeliciteerd !!!**

5 februari Peter B.

22 februari Els B.

## **Uitslag klaverjassen 12 december 2019**

1. Louis	2420 punten
2. Henk s	2300 punten
3. Marcel	2232 punten
4. Derk	2166 punten
5. Bertus	2148 punten
6. Tinus	2122 punten

## **Winter wonderland**

Ik loop door het woud  
het is ijskoud  
alles bedekt met een sneeuwlaag  
maar dat deert me niet vandaag  
want alles is zo mooi, zo stil  
zoals de natuur het wil  
de bloemen dromen onder een wit laken  
hier wil ik een wandeling maken ...  
in dit winter wonderland.

## **Winter**

In de winter is het koud, koud voor jou, koud voor mij,  
In de winter valt er sneeuw om lekker mee te spelen,  
In de winter is het koud en warm tegelijk,  
In de winter is het gezellig, gezellig met elkaar,  
En dan, dan is de winter klaar.

Bron: <https://www.1001gedichten.nl/>

## 17 dingen die je niet wist over de invloed van Volle maan?

**Whoehaha. Nee, we veranderen inderdaad niet in een weerwolf vannacht. Maar toch, eh: de maan heeft meer invloed op ons dan we denken (sommige effecten zijn wetenschappelijk bewezen!). Zeker als je gevoelig bent, zal je veel in onderstaande punten herkennen:**

**1. Voor je geneigd bent sarcastisch af te haken:** de maan heeft dus serieus enorme krachten hè. En dat weet je eigenlijk ook wel, want eb en vloed worden immers door de aantrekkingskracht ervan veroorzaakt. Dat de maan ook invloed heeft op ons, is dus niet eens zo'n heel gek idee.

**2. Sommige spirituele types zeggen dat** dit komt doordat ook wij grotendeels uit water bestaan (50 – 70%). Anderen menen dat onze chakra's meer zijn geopend tijdens volle maan en dat ons gevoeliger maakt. Maar het zou ook kunnen komen door de wisselende balans tussen mannelijke energie (van de zon) en de vrouwelijke energie (van de maan) tijdens de hele maancyclus. Wij Myndjes hebben geen flauw benul, maar gevoelig zijn we wel.

**3. Komende nacht** shinet de maan weer in volle glorie.

**4. Een aantal dagen voor en ná** de volle maan kun je emotioneler zijn dan normaal. Onrustig, sneller bang of boos en zo prikkelbaar als een cactus dus. (Sterkte deze dagen hè. We denken aan je).

**5. Vooral kinderen** en mensen die (hoog)gevoelig zijn hebben hier last van (en ook lust, maar daar komen we later op terug). Al scheelt het enorm wanneer je hebt geleerd met je HSP te dealen door dichterbij jezelf te blijven. Dan hebben externe prikkels minder vat op je.

**6. Heb je soms last van rusteloze 'woelnachten'** waarvoor je geen verklaring – stress, ruzie met je schatje – kunt vinden? Grote kans dat je de volle maan aan de hemel ziet prijken als je vermoeid en gefrustreerd naar buiten blikkt. Dit effect van de volle maan op ons is zelfs wetenschappelijk aangetoond. De aanmaak van het slaaphormoon prolactine wordt erdoor verstoord.

**7. Sommige HSP'ers** dromen ook extra intens of gaan slaapwandelen.

**8. Wat? Schoot je in de lach?** Zonder dollen: ook dit is wetenschappelijk bewezen (door de Britten, maar toch). Uit dat onderzoek bleek dat we meer kans hebben op rare of fantastische dromen. Luitjes die normaliter droomden dat ze op kantoor zaten te tikken (Ja, sorry: ik heb dit niet verzonnen) droomden rondom volle maan ineens dat ze op draak vlogen en daarna op de koffie gingen bij George Clooney (dat snap ik dan weer wel).

**9. Extra pech** heb je als je nu ongesteld bent: je menstruatie is waarschijnlijk heftiger dan normaal en kost je meer energie.

**10. Maar hé, voordelen** zijn er 'maanzijdank' natuurlijk ook. De volle maanperiode schijnt perfect te zijn om inzicht te krijgen: wat heb je voor elkaar gebokst en gecreëerd en wat wil je nog meer bereiken?

Het is net zoiets als de balans die velen onder ons met de jaarwisseling opmaken. Dit is het ideale moment om tussentijds bij te sturen!

11. **En jeej: de volle maan helpt** je dingen los te laten waar je maar beter vanaf kunt zijn. Bepaalde contacten, oude gevoelens en andere immateriële zaken. Als het om spullen gaat, zeg ik: Marie Kondo helpt ook.

12. **Je hebt veel energie** (overdag, maar helaas dus ook 's nachts). Kanonnen, wat voel je je sterk en krachtig!

13. **Je geest** doet gezellig mee, want je kunt super helder nadenken momenteel.

14. **En dankzij** de invloed van de volle maan heb je een sterke drang om dingen te creëren.

15. **Dat komt goed uit** als je last hebt van onrustige nachten waardoor je overdag wallen tot op je knieën hebt want... om die nachtelijke overdosis aan energie te beperken, krijg je het advies overdag lekker aan de slag te gaan. Bij voorbaat met iets actiefs in de buitenlucht. Mocht je van tuinieren houden: biodynamische landbouwbedrijven gaan bij het zaaien en planten af op de stand van de maan. Dan groeit en bloeit alles veel beter! Google maar eens.

16. **Deze volle maan** staat in het teken Leeuw en de zon in Waterman. Hoe dat uitpakt? Volgens de astrologen wil je meer je eigen weg gaan, eerlijke keuzes maken en een leven leiden dat bij je past. Vooral empathische en hooggevoelige mensen hebben de neiging het anderen naar de zin te willen maken en zich teveel aan te passen aan anderen, maar hé: dat houdt nu dus op. Dat zal voor sommige mensen in je omgeving even wennen zijn. Maar wat is er nou mooier dan recht vanuit je hart leven? Je vrij en blij te voelen?

17. **Tot slot:** sommige mensen voelen rondom volle maan een extra sterke seksuele energie. Mocht jij zo'n lucky bastard zijn, dan zeggen wij een ding: wat heerlijk dat de volle maan uitgerekend voor een vrij weekend valt.

Bron: <https://www.mynd.nu>

-----

Ik weiger  
mee te doen aan meer en meer

Ik weiger  
mee te doen aan veel  
of is het weinig

Ik weiger  
omdat het leuk is  
niet mee te doen met de massa

Ik weiger  
om te haten en ga voor de liefde

Ik weiger  
gewoon omdat het leuk is mijn eigen gang te gaan

© Henk Staats

## Dierenmanieren

Als ik een vogeltje was geweest, dan ging ik op jouw schouder zitten en zong een mooi lied voor jou.

Als ik een poesje was geweest, dan spinde ik en zei tegen jou: "Miaauw".

Als ik een hondje was geweest, dan deelde ik mijn brokjes met jou en blafte: "Kom maar gauw!"

En als ik een papegaai was geweest dan floot ik: "Wow!" naar jou.

Maar als ik een vis was geweest, dan wist ik niet wat ik zeggen zou.

---

## Talk tot he boss

Ik voelde me eenzaam en op een druilerige regendag, dacht ik: Ik wil gezelschap!

Misschien zijn een huisdieren voor mij wel goed voor mij. Dus ik trek mijn regenpak aan en fiets door de regen naar de dierenwinkel.

Goudvissen leken me wel interessant en ik dacht ik koop 2 goudvissen, kreeg dus 2 goudvissen mee in een zakje water.

Perfecte service van de dierenwinkel! ☺ En ik kocht een kom en ik dacht: "Kom ik fiets snel naar huis, want het regent vreselijk!"

Toen ik thuis was installeerde ik de goudvissen precies volgens handleiding in de vissenkop en water erbij.

Ik ging eerst even onder een welverdiende warme douche en ging beneden zitten televisie kijken.

Goede Tijden, Slechte tijden had ik de vorige avond gemist, dus die ging ik terug kijken.

Ik ging naar de vissen en vroeg me iets geks af: Zouden vissen kunnen praten?

Ik legde mijn rechteroor tegen de kom en ja hoor!

De ene vis zei tegen de andere: Zullen we er straks even uit gaan.

En de andere vis zei : Ik weet niet wat jij doet, maar ik ga met deze regen echt niet uit mijn kom

☺☺☺☺

Vissen kunnen dus echt praten !\*

\*natuurlijk Elvis was de eerste vis waarvan het bewezen was dat hij kon praten :)

Alles geschreven door B.K.M. Peters©

## Wijkverpleegster

Ik had laatst een HELDER moment, en dat komt bij een psychiatrische patiënt niet vaak voor ☺

Ik dacht ik op dat moment : Ik word dement ( en dat rijmt ☺ )

---

### Freddie Telstar

Mien kameraod Bennie Telstar hef een zeune en die het: Freddie en die was bezig met auto-rielessen. Op een dag ging bij mie de deurbelle en wie stiet er veur de deure?

Noe word'n jullie benijd hè, beste inloper'tjes ☺.....

Het was Freddie Telstar en die vertelde dat hij zien riebewies had haalt en een auto kocht, een mooie Lada.

Ik zee: van harte gefeliciteerd Freddie, goed daon, mien jonk!

Freddie: Marco wil jij met naar de stad, dan laot ik zien, dat ik goed kan auto ried'n.

Marco: Tuurlijk!

Verteller( V) Marco gaat naast Freddie zitten en ze gaon veurdan naor de stad. Ze naderden een verkeerslicht en die stond op rood, maar Freddie stopte niet maar gaf een straal gas!!!!!!!!!!!!

Marco: Man, ie reed'n deur rood, ie had moet'n stopp'n!!!

Freddie: ach dat dut mien va ok altied!

Marco: Ach joen va?!

V: Ze naderden weer een stoplicht en ook deze stond op rood en Freddie stopte weer niet, maar trapte hard op het gaspedaal.

Marco: Man, ie brengt os en andern in gevaor met joen roekeloos ried'n!

Freddie: Valt wel mit, want dat dut mien va ok altied!

Marco: Joen va is niet goed wies!

V: Marco dacht Freddie nu wel iets geleerd en bij het volgende verkeerslicht dat op rood stond, dacht Marco "Hij zal noe wal stopp'n" ..... maar weer reed Freddie Telstar door rood, Marco werd ziedend boos.....

Marco: Ik gao nooit meer met joe mit!!! Je had nooit het riebewies mugg'n haal'n

Freddie: mMen va dut det ok altied

Marco: Joen va joen va, donder op, als wie in de stad bunt neem ik de bus terugge naor huus!

V: Noe kwamen ze een verkeerslicht tegemoet die op groen stond, Marco werd iets rustiger, en dacht: "Noe bun ik veilig!" Maar Wat deed Freddie? Die trapte gruwelijke hard op de rem.

Marco: Bun ie niet goed, ie hadd'n deur moet'n ried'n!

Freddie: Mien Va kon er wel eens an kommen ☺

### Geschreven door B.K.M. Peters

## Menu van de maand: Spinazie ovenschotel met ei



Zin in een lekkere ovenschotel? Wat dacht je van een spinazie-ovenschotel met ei? Lekker, simpel en vrij snel klaar! Wil je variëren? Gebruik dan eens gehakt in plaats van spekjes.

Recept voor 2 personen

Tijd: 20 min. + 15 min. in de oven

### BENODIGDHEDEN:

- 400 gr spinazie a la creme (ontdood)
- 500 gr aardappelschijfjes
- 2 eieren
- 1 ui
- 100 ml kookroom
- 125 gr spekreepjes
- 50-75 gr geraspte kaas
- snufje zout en peper

### BEREIDINGSWIJZE:

Verwarm de oven voor op 180 graden. Kook de aardappelschijfjes ongeveer 5 minuten totdat ze redelijk zacht zijn. Kook de eieren in een pan ongeveer 8 minuten totdat ze hardgekookt zijn, laat ze schrikken in koud water en snijd ze daarna in plakjes. Snipper de ui. Giet een scheutje olie in een pan en fruit de ui aan. Voeg na een paar minuten de spekreepjes toe en bak die mee totdat ze bruin zijn. Daarna voeg de spinazie a la creme toe en meng je alles door elkaar. Zet na een paar minuten het vuur uit. Verdeel de aardappelschijfjes over de bodem, giet het spek/spinaziemengsel hier overheen. Leg de plakjes ei hier bovenop. Vervolgens giet je ongeveer 100 ml kookroom over de ovenschotel. Strooi lekker wat geraspte kaas over de ovenschotel

# Agenda komende periode

## Week 5

**Wandelen. Dinsdag 28 januari** gaan we wandelen. We vertrekken om 13.30 uur en de wandeling duurt ongeveer een uur.

**Volleybal: dinsdag 28 januari van 18.00 tot 19.00 uur** in de sportzaal van de GGZ (scheperziekenhuis) is er een volleybaluurtje. Nieuwe spelers van harte welkom !!.. Meer info bij Lyset

**Poolen. Woensdag 29 januari.** Aanvang 13.30 uur.

**Zingen. Woensdag 29 januari** onder leiding van Peter. We beginnen om 15.00 uur.

**Dartcompetitie. Vrijdag 31 januari** Aanvang 14.00 uur. Meer info bij Lyset

**Zondag 2 februari** zijn we geopend.

## Week 6

**Volleybal: dinsdag 4 februari van 18.00 tot 19.00 uur** in de sportzaal van de GGZ (scheperziekenhuis) is er een volleybaluurtje. Nieuwe spelers van harte welkom !!.. Meer info bij Lyset

**Activiteitencommissie. Woensdag 5 februari** om 11.30 uur is er een vergadering. Wil je meepraten of heb je ideeën voor een leuke activiteit. Geeft het door en/of kom naar deze vergadering.

**Poolen. Woensdag 5 februari.** Aanvang 13.30 uur.

**Zingen. Woensdag 5 februari** onder leiding van Peter. Aanvang: 15.00 uur.

**Sjoelen. Donderdag 6 februari.** Aanvang 13.30 uur.

**Gluren bij de burens. Zondag 9 februari.** Meer info in de inloop.

## Week 7

**Wandelen. Dinsdag 11 februari** gaan we wandelen. We vertrekken om 13.30 uur en de wandeling duurt ongeveer een uur.

**Volleybal: dinsdag 11 februari van 18.00 tot 19.00 uur** in de sportzaal van de GGZ (scheperziekenhuis) is er een volleybaluurtje. . Nieuwe spelers zijn van harte welkom en het is gratis !!



**Poolen. Woensdag 12 februari.** Aanvang 13.30 uur. Meer info bij Michel G.

**Zingen. Woensdag 12 februari** onder leiding van Peter. Aanvang 15.00 uur

**Klaverjassen: Donderdag 13 februari.** Aanvang 19.00 uur en mee doen kost 1 euro en 50 eurocent.

**Dartcompetitie. Vrijdag 14 februari.** Aanvang 14.00 uur. Meer info bij Lyset

**Zondag 16 februari** zijn we geopend. Van 13.30 tot 16.00 uur

## **Week 8**

**Volleybal: dinsdag 18 februari van 18.00 tot 19.00 uur** in de sportzaal van de GGZ (scheperziekenhuis) is er een volleybaluurtje

**Bowlen. Woensdag 19 februari.** Aanvang 13.30 uur. Meedoen kost tussen de 5 en 6 euro

**Zingen. Woensdag 19 februari** onder leiding van Peter. We beginnen om 15.00 uur.

**Bezoekersoverleg. Donderdag 20 februari.** Aanvang 13.00 uur. Over de dagelijkse gang van zaken binnen het inloophuis. Wil je meepraten dan ben je van harte welkom !!

**Filmmiddag. Vrijdag 21 februari.** Aanvang 13.30 uur. Filmkeuze in overleg.

## **Week 9**

**Wandelen. Dinsdag 25 februari** gaan we wandelen. We vertrekken om 13.30 uur en de wandeling duurt ongeveer een uur.

**Volleybal: dinsdag 25 februari van 18.00 tot 19.00 uur** in de sportzaal van de GGZ (scheperziekenhuis) is er een volleybaluurtje.

**Poolen. Woensdag 26 februari.** Aanvang 13.30 uur.

**Zingen. Woensdag 26 februari** onder leiding van Peter. Aanvang: 15.00 uur.

**Dartcompetitie. Vrijdag 28 februari.** Aanvang 14.00 uur. Meer info bij Lyset.

**Zondag 1 maart** zijn we geopend. Van 13.30 tot 16.00 uur.

Wijzigingen voorbehouden. Meer info op het prikbord en op [www.inloophuisemmen.nl](http://www.inloophuisemmen.nl)

## Menulijst februari 2020

Maandag 3 februari	Gekookte aardappelen, sperziebonen en een gehaktbal
Dinsdag 4 februari	Tagliatelle met kip in champignonsaus en groenten
Woensdag 5 februari	Nasi met satésaus
Donderdag 6 februari	Stamppot boerenkool met spekjes en rookworst
Vrijdag 7 februari	Gebakken aardappelen, rodebieten salade en visschnitzel
Maandag 10 februari	Macaroni
Dinsdag 11 februari	Stamppot rauwe andijvie met een rundervink
Woensdag 12 februari	Witlof ham/kaas met aardappelpuree
Donderdag 13 februari	Hutspot met een speklap
Vrijdag 14 februari	Bami
Maandag 17 februari	Chili con carne met salade
Dinsdag 18 februari	Gekookte aardappelen, bloemkool en een kipschnitzel
Woensdag 19 februari	Gekookte aardappelen, rodekool en hachee
Donderdag 20 februari	Penne met tomatensaus roerbakgroenten en gehakt
Vrijdag 21 februari	Krieltjes, broccoli en een runder saucijs
Maandag 24 februari	Rijst met kip kerrie
Dinsdag 25 februari	Gekookte aardappelen, witlof salade en vlees
Woensdag 26 februari	Spaghetti
Donderdag 27 februari	Menu van de maand: Spinazie ovenschotel met ei
Vrijdag 28 februari	Rösti met salade en vlees