

De Inlooper

Maandblad van Inloophuis Emmen



December 2018

Dit is een uitgave van:

Het Inloophuis de Emmerdennen

Boslaan 135, 7822 EP Emmen. **Tel.: 088-8789628**

Website: www.inloophuisemmen.nl

Aan dit nummer werkten mee: Team Inloop, Vera, Anneke, Marco, Tinus, Michel G. en Henk S. .

Eindredactie: Henk Staats.

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

Hallo allemaal

Alweer het laatste nummer van 2018. Wat kan een jaar snel gaan. December, de laatste maand van het jaar. De donkere dagen voor Kerst en Oud en Nieuw. Hoe moeilijk sommigen die tijd vinden en snel naar het nieuwe jaar willen. Zelf hou ik wel van die donkere dagen en van Kerst en Oud en Nieuw.

Het is nog herfst. Vallende bladeren en regen vandaag en tussen de buien door mijn ding doen. Vandaag de allerlaatste pagina samen met Michel vorm gegeven. Een verslag van Emmen tegen NAC-Breda. Ook nog een aantal gedichten van onze stagiaire Vera binnengekregen. Niet alleen voor deze Inlooper maar ook voor volgende inlopers. Ook Marco heeft al iets gestuurd voor het januari nummer.

Het kerstdiner komt er ook weer aan en wie weet doe ik mee. Ook al een leuke en jarenlange traditie. Net als de sint en zwarte piet. Oh ja aan die discussie heb ik geen zin 😊. 5 december vieren we in de Inloop wel weer het sinterklaasfeest.

Aan het eind van het jaar en terugkijken en ik heb wel weer een goed jaar gehad. Anders dan andere jaren en dat was het weer niet. Ik vind het nog steeds leuk zo af en toe bezig te zijn voor het inloophuis en het maken van dit krantje verveelt nog niet. Ook de website hou ik nog steeds met veel plezier bij. Ook op facebook zijn we te vinden en ook dat is leuk om bij te houden. Wat het krantje betreft zou ik graag wat meer kopy willen en meer mensen die het leuk vinden om te schrijven of om iets op te zoeken wat geschikt is voor dit krantje. Dus heb je daar zin in. Meldt je aan. In het volgende nummer een uitgebreidere terugblik op het inloopjaar 2018.

De zorgverzekering en alweer een verhoging. Ik las dat meer dan 50 procent van de vijftigplussers nog nooit is overgestapt. Ik hoor daar ook bij. Dit jaar maar even anders doen. Meer info verderop in dit nummer. Prijzen stijgen en de uitkeringen stijgen niet mee. Hoe kun je besparen. Ook meer in dit nummer. Verder weer de bijdragen van Marco en reacties op zijn stukjes waardeert hij enorm. Mijn eigen bijdragen ontbreken natuurlijk ook niet. IK hoop dat jullie het weer een leuk en afwisselend nummer zullen gaan vinden.

Kopy voor het eerste nummer van 2019 moet binnen zijn op vrijdag 7 december. Dit kan digitaal en dan even sturen naar bovenstaand e mailadres of gewoon op papier. Kijk maar wat voor jou het gemakkelijkste is.

Rest me nog jullie weer veel leesplezier toe te wensen en tot de volgende keer!!

Henk Staats

Inhoudsopgave

| | Paginanummer |
|--------------------------------|--------------|
| Voor wie is het inloophuis | 4 |
| Huisregels | 5 |
| Even voorstellen | 6 |
| Stress en anti-stress | 7 |
| Bijdrage van Marco | 8 |
| Van harte gefeliciteerd | 9 |
| Uitslag klaverjassen | 9 |
| Wit of zwart | 9 |
| Even stilstaan | 10 |
| Up with downs | 10 |
| Agenda Trots | 11 |
| Zorgverzekering | 12 |
| Neutraal | 14 |
| Emmen verslaat NAC-Breda | 15 |
| Bijdrage van Marco | 16 |
| Moppentrommel | 17 |
| 10 tips voor minder geldzorgen | 18 |
| Twee gedichten van Vera | 20 |
| Kerstdiner | 21 |
| De opwarmende aarde | 22 |
| Agenda | 23 |
| Menu van de maand | 25 |
| Menu eetcafé | 26 |

Voor wie is het Inloophuis ?

Het Inloophuis is een vrijetijdsvoorziening van Cosis.

*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, op donderdag een lekkere gehaktbal, elke dag een broodje gezond, een soep van de dag en nog veel meer !! Probeer ook eens de uitsmijter Inloop en onze heerlijke tosti's*

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

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

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

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

Er worden verder verschillende activiteiten georganiseerd. Wandelen op de dinsdagmiddag, 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 !!

Je bent geen indicatie nodig en je hoeft geen eigen bijdrage te betalen!!

*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 van 13.30 tot 16.00 uur geopend

De huisregels!!

1. Het gebruik van alcohol en drugs is niet toegestaan!!

De toegang tot het inloophuis wordt geweigerd als men onder invloed van alcohol of drugs is of wanneer begeleiding vermoedt dat men onder invloed hiervan is

2. Zonder toestemming van de begeleiding is het niet toegestaan achter de bar/in de keuken te komen
3. Verbale en/of fysieke agressie is niet toegestaan
4. Seksuele intimidatie in woord en gedrag is niet toegestaan
5. Heb respect voor elkaar
6. Vernieling en diefstal is verboden
7. In principe wordt er niet over medicijnen en psychiatrische ziektebeelden gepraat.
8. Ongevraagd foto's of video's maken binnen het inloophuis is verboden
9. Niet eten en drinken bij de computers.

Overtreding van de huisregels kan leiden tot (tijdelijke) ontzegging van de toegang tot het inloophuis

Even voorstellen

Froukje

Waar ben je geboren? Wanneer?

Ik ben geboren in Erica op 29 december 1973

Welke school heb je gedaan?

Ik heb de mavo en havo gedaan. Daarna Hoge school Windesheim. Sociaal Pedagogisch hulpverlening (SPH)

Wat is jouw woonsituatie?

Ik heb een koopwoning in Klazienaveen. Daar woon ik samen met mijn zoon en dochter.

Hoe ziet jouw weekindeling eruit?

Ik werk en als ik tijd over heb sport ik en natuurlijk tijd voor de kinderen.

Hoe gaat het met je?

Met mij gaat het prima. Ik begin een beetje te wennen hier en ik zie wel ontzettend veel nieuwe mensen

Hoe ben je bij het inloophuis terecht gekomen?

Ik had een half jaar geleden op een andere vacature gesolliciteerd en ik ben het niet geworden. Ik werd nav deze vacature gebeld of ik hier wilde komen werken.

Wat betekent het Inloophuis voor jou?

Voor mij is het inloophuis een nieuwe uitdaging. Hiervoor heb ik alleen gewerkt binnen de vg woonvoorziening. Ik vind het erg leuk dat ik de mogelijkheid heb om binnen deze ggz setting ervaring op te doen.

Wanneer kunnen we je in het inloophuis vinden?

Gemiddeld 3 of 4 keer per week. Maandag is een vaste dag. Verder wisselend op woensdag, donderdag en vrijdag en 1 zondag in de maand.

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

Ik sta open voor alle vragen en verder vind ik wederzijds respect belangrijk. ik hoop dat ik een positieve bijdrage kan leveren aan het gebeuren binnen het inloophuis.

Heb je ook hobby's?

Sportschool, Voor ontspanning naar de sauna en ik vind het ook leuk zo af en toe lui op de bank een filmpje te kijken.

Wat zijn jouw toekomstplannen?

Ik zou in de toekomst graag coördinerend begeleider willen worden en ik hoop dit binnen inloop te kunnen gaan doen.

Wil je nog iets kwijt?

Op het moment even niet. Mocht je vragen hebben kom gerust naar me toe.

Stress en anti-stress

Vanmorgen even lopend naar de winkel. Spitsuur, vele auto's, bussen vol met pubers op weg naar school. Ook kinderen en ouders op weg naar de lagere school. Lopend en op de fiets. Ik vraag me dan af waarom ze zoveel haast hebben. Op tijd willen zijn en te laat vertrokken. Ik heb alle tijd en neem de tijd.

Ik zie de stress op de gezichten van de autorijders. De scholieren die met of zonder tegenzin op tijd op school willen zijn. Op het trottoir lopen ook scholieren. Een vrij uurtje en even wat lekkers halen bij de supermarkt. Ook zij hebben de tijd. Toch lopen ze meestal harder dan ik.

Stress en ik denk even aan al de stressvolle momenten in mijn leven. Hoe opvliegers overheersten. Voor vrouwen in de overgang denk ik wel herkenbaar. Hoe ik op dat soort momenten niets meer kon en hoe moeilijk het leven kan zijn. Rood worden en hitte of het voelde zo Hoe ik toen blokkeerde en niets meer kon.

Begin jaren 90 en net een stressvrije periode in een ggz kliniek achter de rug en hoe ik alles weer moest leren. Weer tussen 'normale' mensen en hoe moeilijk ik het wel niet had. Koffie zetten en inschenken en zo ben ik weer begonnen.

Kiezen voor stress en niemand kiest voor stress. Soms is het geen kwestie van kiezen en dan brengt het leven stress met zich mee. Hitte-aanvallen en rood worden en het ligt ver achter me. Net zoals stress hebben.

Ik maak me nog wel eens druk om het krantje dat ik maak en dat zie ik als gezonde stress. Meedoen hoef ik verder niet meer...

De burn-out samenleving. Veel in het nieuws en men heeft het over vele mensen die het niet meer aankunnen en vastlopen. Onze ouders hadden het al druk en het lijkt erop dat wij het nog drukker hebben dan onze ouders. Het waarom snap ik vaak niet.

We hebben alles al en we zijn rijk dus hoeven we niet zoveel haast meer te hebben. Ook stress en te veel stress lijkt me onnodig. De vooruitgang en misschien hoort een burn-out hebben ook wel bij deze tijd. En gaat het weer over...

Anti-stress. Zelf kies ik voor rustig aan doen. Ik neem voor alles de tijd en ik heb ook voor alles de tijd. Niets doen en hoe leuk niets doen kan zijn. Gratis geld en daar hoef ik me niet druk om te maken. Het mag wel iets meer en dat vinden mensen die werken ook dus dat maakt niet zoveel uit.

Ik weet wat een burn-out is en ik vroeg in het verleden ook teveel van mezelf.

Stress en ik weet er alles van. Alles doen om een opvlieger te voorkomen en soms kon ik alleen maar zwijgen om erger te voorkomen.

Begrip en hoe weinig begrip ik tegenkwam. Ik laat het verleden verder maar even rusten. Met oude koeien uit de sloot halen, kom je meestal niet verder.

Hoe leuk het leven kan zijn en hoe leuk het leven vaak niet is. Ik denk even aan al die mensen die vastlopen in het in mijn ogen zieke systeem. Oplossingen zijn er. Stoppen met steeds maar weer dat eeuwige calvinisme en kiezen voor iets anders en het kan of is het kan niet....

Zo tijd voor koffie en een broodje en dan weer nietsen op het muurtje bij de hema of bij het station. Kijkend naar al die mensen die geen tijd hebben voor

☺.

Henk Staats

Serieus rekenwerk

Als niemand je mist, dan weet je dat overbodig bent.....

De bijkomstigheid dat tevens niemand van je droomt, maakt jezelf slapeloos....

Continuë rondcirkelen in nare gedachten en nare emoties maakt je leven als een oneindig lijdende Alfa & Omega.

Een "gelukkig leven" is niet voor iedereen weggelegd.

Ik, (B.K.M. Marco Peters) ben één van het percentage ongelukkige mensen op de planeet aarde.

Maar gelukkig ;) is ook een ongelukkig leven niet oneindig!

Het aftellen begon al voor ik amper kon rekenen....

Geschreven door B.K.M. Peters©

Toilettegel-spreuk van Dhr. Filosoof Marco Peters

Om transmurale acties te modiveren, gebiedt het mij te zeggen u erop te attenderen op een formaliteit en normaliteit betreffende huishoudelijke zaken te realiseren:

Gelieve alle lichamelijke ontlastingen van desbetreffende aard* dient men te deponeren in het dáárvoor aanwezige toiletarium.

Bij deze **hoop** ik dat mijn aansporing zonder remsporen in goede toonaarden bij u zullen blijven klieven.

Wees gegroet, ds. B.K.M. Peters©

*voor meer info: zie de kleine druklettertjes van de 10 geboden bij het toileteren, ik dank u

Dierenmanieren deel 2

De hond blaft goed van aard.

Het varken krult zijn staart.

De kippen tokken.

De konijnen fokken.

Een arend loert van ver.

En het schaapt kauwt "her"

(geschreven door B.K.M Peters)

Uitslag klaverjassen 8 november 2018

1. Henk S. 3146 punten
 2. Marcel 2785 punten
 3. Tinus 2436 punten
 4. Derk 1475 punten
-

Van harte gefeliciteerd

3 December Michel G.
10 december Harry S
11 december Esther
22 december Mienie
24 december Henry
24 december Monita
25 december Binie
31 december Jolanda

wit of zwart
of ga ik voor blank

Mens zijn en dan mag de kleur er niet toe doen..

een negerzoen en blanke vla en de straten mogen dan ook nog
blank staan of is het vanaf nu onder water en dan mag blank
staan niet meer 😊:-)

zwarte piet of mag het met een roetveeg of gaan we voor
blanke pieten

mens zijn en de kleur mag er nog steeds niet toe doen

traditie en morgen ga ik weer voor een negerzoen en blanke vla
of wordt het gewoon weer gele vla 😊:-)

blank of zwart of met een roetveeg. Ik wens een ieder en
niemand uitgezonderd weer een goede maand met natuurlijk
niet al te veel ergernissen 😊

Henk Staats

Even stil staan

De stille dagen komen eraan
tijd om even stil te staan
overdenken en bezinnen
afsluiten of opnieuw beginnen
wat te doen met wensen of dromen
dingen die jou zijn overkomen
laat ze zijn en laat ze achter
de ergste worden zachter
de mooiste krijgen een plaats in je hart
maak ieder jaar een nieuwe start
begin aan je oude of nieuwe dromen
laat het leven op je af komen
heb lief, bewonder en geniet
meer dan dit leven heb je niet

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

Ups with downs

En alles weten maakt niet gelukkig.....

Een groep mensen met het syndroom van down heeft ons eens geholpen tijdens de aardappeloogst. Een wereld ging naar me open. Die mensen waren eerlijk naar elkaar en genoten van de belangrijkste dingen.....Het mooie weer, een complimentje, de grapjes onderling, dat ze zich nuttig maakten en daarna voldaan waren. Ik denk dat deze mensen meer voelers waren, dan denkers. Ik maakte nog een grapje en zei tegen een jongen, zullen we deze volle kuubskist even optillen en naar de schuur brengen. Het antwoord was aandoenlijk: Ja! Ik lachte en zei: Grapje beste vent, dit kunnen we nooit tillen en moet met de tractor worden opgehaald. Later op de dag omhelsde hij mij en vroeg of ik zijn vriend was. Ik vond dat zo lief! Die oprechtheid en tevens de bevestiging dat ik best een good guy ben! En ik zei: Tuurlijk ben ik jouw vriend! De werkgever heeft later nog eens geklaagd over dat ze niet genoeg productief waren. Ik hield me wijselijk stil. Ik heb gezien dat deze mensen hun ultieme werkprestatie hebben geleverd naar draagkracht. En ik was immers een stuk wijzer geworden. De vlieger gaat niet op, dat mensen met het syndroom van down alleen kunnen leren van weldenkende mensen zonder dit syndroom. Wij kunnen leren van de onbevangingheid van hun en dat onze manier van denken niet altijd gelukkig maakt!

Geschreven door B.K.M Peters



Agenda
December

Dinsdagmiddag workshops

13.30 – 16.30 u.

4 december Kaarten maken

**11 december Sociale vaardigheidstraining
Goldsteincursus 4**

18 december Kerststukjes maken

**18 december Sociale vaardigheidstraining
Goldsteincursus 4**

50-plussers lopen 'honderden euro's mis' bij zorgverzekering

Maartje Bressers | Nieuwsbericht van: 23-10-2018

Meer dan de helft van de 50-plussers (53 procent) is niet van plan om voor 2019 over te stappen op een nieuwe zorgverzekering. Dat blijkt uit een onderzoek van Startpagina.nl onder 1.429 respondenten. De grootste reden daarvoor: we zijn best tevreden met onze huidige zorgverzekeraar.

Premies

Waar we minder tevreden over zijn: de premies. Ruim 81 procent van de 50-plussers vindt het maandelijkse bedrag dat naar de zorgverzekeraar gaat namelijk te hoog. Toch blijkt dit geen reden te zijn om over te stappen. Pas als de premie 15 euro per maand lager is bij een andere verzekeraar, overweegt 29 procent van de 50-plussers over te stappen.

'Veel senioren zijn huiverig om over te stappen', constateert Leon Dekker, woordvoerder van Startpagina.nl. Op het gebied van vergoedingen en de dekking zijn er forse verschillen tussen verzekeraars, zegt hij. 'Daar vallen honderden euro's te besparen.'

Honkvast

Opvallend aan het onderzoek is dat met name 78-plussers erg honkvast zijn wat betreft hun zorgverzekering. Ruim 70 procent van hen zegt niet over te stappen, tegenover 45 procent van de groep senioren tussen de 48 en 62 jaar.

Vorig jaar zei 62 procent van de 50-plussers niet over te willen stappen op een andere verzekeraar. Dit jaar is die groep dus wel kleiner geworden (9 procent).

Overstappen

Ondanks dat veel 50-plussers niet van plan zijn om over te stappen op een nieuwe zorgverzekering, is het toch raadzaam om dit te overwegen. Een andere zorgverzekering kan u namelijk zo een bedrag van honderd euro besparen. Bovendien betekent een overstap niet dat u dezelfde zorg niet meer vergoed krijgt.

Basispakket: wat verandert er in 2019?

Mandy Hendriks | Nieuwsbericht van: 19-09-2018

Het basispakket verandert per 1 januari 2019 weer. Een aantal vergoedingen worden uitgebreid en paracetamol, vitamines en mineralen – die ook zonder recept te koop zijn – worden eruit gehaald.

Het basispakket wordt uitgebreid met een vergoeding van de Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI). Dit is een aanpak die zich richt op gezonder eten, meer bewegen en gedragsverandering. Dit is voor mensen met [overgewicht](#) die (ernstige) gezondheidsrisico's lopen. Diverse professionals zijn betrokken bij de uitvoering van een GLI, waaronder leefstijlcoaches en diëtisten. De nieuwe vergoeding geldt alleen voor interventies die bewezen effectief zijn.

Oefentherapie COPD

Vanaf 1 januari 2019 wordt oefentherapie bij de longaandoening [COPD](#) vergoed vanaf de eerste behandeling. Voorheen moesten patiënten de eerste 21 behandelingen zelf betalen. Er komt wel een maximum van 70 behandelingen in het eerste behandeljaar. In de jaren daarna is het aantal afhankelijk van de ernst van de COPD.

Zittend ziekenvervoer

De vergoeding van zittend ziekenvervoer wordt uitgebreid. Hierdoor kunnen patiënten gebruikmaken van vervoer van en naar consulten, onderzoek en controles, als deze samenhangen met de behandeling (ambulancevervoer uitgesloten). Dit jaar wordt alleen nog het vervoer vergoed wanneer een patiënt een behandeling moet ondergaan.

Meer betalen

Naast de veranderingen in het basispakket, gaan we ook meer betalen voor geneesmiddelen, voedingssupplementen en hulpmiddelen. Dit heeft te maken met de btw-verhoging van 6 naar 9 procent. Er komt ook een eigen bijdrage van 250 euro per jaar voor verzekerden die onder het Geneesmiddelenvergoedingssysteem (GVS) vallen. Het GVS is een onderdeel in de aansprakenregelingen van de Zorgverzekeringswet. Geneesmiddelen die in het GVS staan geregistreerd worden vanuit de basisverzekering door de zorgverzekeraars vergoed.

Zo kiest u uw zorgverzekering

Iedereen wil een zorgverzekering die bij hem of haar past. Maar door de ruime keuze uit verzekeringen en vergelijkers zie je soms door de bomen het bos niet meer. Wij helpen u op weg!

Natura, restitutie of budget?

Allereerst is het slim om te kijken welke soort polis u wilt afsluiten. Verzekeraars bieden naturapolissen en restitutiepolissen aan. Een [naturapolis](#) is goedkoper, maar geeft vaak alleen volledige vergoeding bij door de verzekeraar gecontracteerde zorgverleners. Niet alle behandelingen worden dus vergoed en u kunt niet overal terecht. Kijkt daarom goed welke zorgverleners voor welke soort zorg zijn gecontracteerd voordat u een naturapolis kiest. Met een [restitutiepolis](#) bent u vrij in het kiezen van een zorgverlener. U krijgt dan altijd het gangbare tarief vergoed. De selectiefpolis of budgetpolis werkt hetzelfde als een naturapolis, maar heeft minder gecontracteerde zorgverleners. Daarom is de polis een stuk goedkoper.

Eigen risico

Vervolgens kunt u de hoogte van uw eigen risico kiezen. Het verplichte eigen risico in 2019 is net als vorig jaar [385 euro](#). Als u zorg nodig heeft, betaalt u de eerste 385 euro dus zelf. Als u verwacht weinig tot geen zorg nodig te hebben, kunt u het eigen risico verhogen. De maandpremie gaat dan omlaag.

Aanvullende verzekering

Met een aanvullende verzekering krijgt u (een deel van) de zorg vergoed die niet is opgenomen in de basisverzekering, maar die u in de toekomst wel verwacht. Bijvoorbeeld voor fysiotherapie of hulpmiddelen zoals brillen en lenzen. Voor de aanvullende verzekering geldt geen acceptatieplicht voor verzekeraars. Zij kunnen dus eisen stellen in de vorm van een gezondheidsverklaring of wachttijden voordat een aanvullende dekking wel of niet wordt afgesloten.

Bron: www.plusonline.nl

Van de redactie: de website www.poliswijzer.nl/emmen is nu bijgewerkt en een bezoekje aan deze website is een manier om zorgverzekeringen met elkaar te vergelijken en het kan leiden tot een advies die het beste bij je past.

Neutraal

Iets meer dan 100 jaar geleden en oorlog in Europa en de wereld. De eerste wereldoorlog en ons land is neutraal. Afgelopen weekend een lezing bijgewoond over de eerste wereldoorlog. Wat moest ons land doen om als neutraal gezien te worden. Ons buurland Duitsland had wel partij gekozen en vocht ondermeer tegen Engeland.

De grensstreek en belangrijk was om niet te veel spulletjes uit te voeren naar Duitsland. Daar had men niet veel en nog minder dan in Nederland. Velen smokkelden goederen naar Duitsland en dat was nu net niet de bedoeling. Op deze lezing veel gehoord over hoe Nederland alles deed om neutraal te blijven.

1914-1918 en de periode van deze oorlog. Armoede en schaarste en dat viel in de Drentse veenstreek mee. Turf was men nodig en de lonen en prijzen stegen. Geld genoeg en van alles te weinig. Dus weinig mogelijkheden om dit geld uit te geven.

1916, het geboortjaar van mijn vader dus midden in deze oorlog werd mijn vader geboren. Daarom was ik wel benieuwd hoe het leven er in die tijd uitzag. In de grensstreek had men de staat van beleg uitgeroepen en er werden zelfs mensen verbannen uit die grensstreek. Alles doen om vooral maar neutraal te blijven en met name het smokkelen tegen te gaan.

Terug naar nu en vorig jaar een verhaal gehoord over de landbouw en hoe dit er uit zou zien als men neutraal en objectief de landbouw zou mogen inrichten. Vooral Europees gezien dan. Hoe moeilijk dit dan is en met hoeveel meningen men rekening moet houden.

Neutraal en objectief een land besturen is natuurlijk nooit de bedoeling en we kiezen voor meningen en nog meer meningen. Neutraal naar iets kijken en hoe moeilijk dat is. Je moet overal een mening overhebben en je moet het vooral niet objectief willen doen en zien.

Het kapitaal en de economie op 1 en dan al die meningen over hoe dat dan wel niet moet. Zelf zou ik liever zien dan men de aarde en het mens zijn op nummer 1 zou zetten en ook dan krijg je natuurlijk vele meningen.

Om al die meningen toch een plekje te geven. Daarvoor heeft men politiek uitgevonden en de democratie. Partijen met vele verschillende meningen en ik mag kiezen voor de partij die het beste mijn mening verwoord.

Neutraal zijn in een wereld vol met mensen en vol met ego en vol met hoe het beter moet en hoe het beter kan blijft moeilijk. Geen mening hebben is niet populair.

Soms kies ik voor geen mening hebben en om neutraal te zijn. Net zoals ons landje in de eerste wereldoorlog was. Hoe moeilijk dit is en kan zijn. Geen mening hebben en kan dat wel? Gewoon naar iets kijken zonder er direct iets van te willen vinden.

Niet links of rechts en het midden maar gewoon helemaal niets ervan vinden. Vaak spreekt iets me ook niet aan of het boeit me niet. Steeds maar weer de economie en het geld. Afhankelijk zijn van en zonder stort alles in. Nooit heeft men het over samen en de aarde of het mens zijn of over de liefde. Altijd maar strijd en natuurlijk de eigen landsgrenzen zonder verder te kijken.

Geen mening en vaak denk ik geen mening te hebben. Met de klemtoon op denk want een mening heb ik denk ik wel 😊

Henk Staats

Emmen verslaat NAC-Breda

10 november gingen we met zijn tienden vanuit het inloophuis naar de wedstrijd. Michel N. had vrijkaartjes geregeld. 5 personen namen het busje vanaf de Inloop en de andere 5 gingen op eigen gelegenheid. Om plusminus 17.40 vertrokken we naar het stadion. 10 minuten later kwamen we aan bij de oude Meerdijk. Tien over zes zochten we ons plaatsje op. We hadden een mooie zitplaats achter het doel. Tribune Noord. Ondanks het druilerige weer zat het stadion goed vol.

18.25 kwamen de beide ploegen het veld op. 5 minuten later klonk het fluitje van de scheidsrechter voor het beginsignaal. De eerste helft was het spelpeil beneden nivo. Kansen kwamen er wel zij het met mate. Namens Emmen had Glenn Bijl een mogelijkheid maar dat liep op niks uit. De gasten uit Breda hadden ook een kans op een doelpunt. Ook dat liep op niks uit. Daarmee was de eerste helft een feit. 0 tegen 0.

De tweede helft was beduidend beter. Vooral de thuisploeg kreeg goede mogelijkheden op een doelpunt. Calvin had de eerste kans maar zijn schot ging tegen de paal. Even daarna had Calvin wel succes. 1 tegen 0. Een tegenvallende NAC kreeg vrijwel geen kans in de tweede helft. Dit was mede een feit door het goed georganiseerde spel door Emmen.

Vlak voor tijd werd de wedstrijd beslist. Arias trof daarbij het doel. 2 – 0 . Het publiek ging na het laatste fluitsignaal overeind staan om voor de spelers van Emmen te applaudisseren. De eerste thuisoverwinning was een feit.

Emmen-NAC-Breda
Ruststand 0-0
Eindstand 2-0

Scoreverloop
58^{ste} minuut: Calvin 1-0
88^{ste} minuut: Arias 2-0

Gele kaarten
Emmen: Bijl
NAC: Nijholt en Sporklede

Scheidsrechter: Jochem Kamphuis

Toeschouwers: 8300

Om plusminus 20.20 gingen we met een voldaan gevoel richting huis. Ik heb al zin in een volgende wedstrijd.

Michel Goudriaan

Het goede en en het kwade

Volgens mij heeft vrijwel ieder mens goed en kwaad in zich. Want het goede kan bestaan, als er ook het slechte is. Maar filosoferende.....wat is goed en wat is slecht? Wat je doet kan voor de ene groep mensen slecht zijn en voor de andere groep mensen goed zijn én andersom!

In de psychiatrie vind ik dat de rollen van behandelaar en patiënt gelijkwaardiger moeten worden.

Fluiten naar je centen

De behandelaar heeft wellicht meer kennis dankzij diploma's.

Dit neemt niet weg dat de patiënt wellicht méér levenservaring heeft

En wat is wijsheid? Een behandelaar met een diploma die je gehaald hebt met 4 keuzevragen, waarvan de eerste altijd een onzin-antwoord is, dus het blijft hoe je het went of keert een soort gokwerk.

Of iemand met veel levenswijsheid die hij/ zij heeft vergaart door strijden tegen een ziekte, wetende dat mensen op hem/ haar neerkijken en zich niet kunnen verplaatsen in het lijden. Geleerd heeft van de fouten in het leven en niet stil staan, maar zoekende blijvend naar wijsheid...

De behandelaar gebruikt de D.S.M., maar in mijn ogen lijkt het een drogisterij-keten: Overal etiketten op plakken!

Potverdikkemij, geen mens en ziel is gelijk! Benader iemand dus blanco.

Of je nu autist biopolair, borderliner of wat dan ook bent, niemand met deze diagnose is hetzelfde.

Want elk brein en ziel reageert anders op de ziekte, want ieder mens is uniek!

Een psychiatrische diagnose stellen is natte vingerwerk.

Na Jaren is men erachter dat "de GAF-score" beter in het casino past.

Het verschil met het casino en het GGZ is: Dat je in een casino gokt op het geld en bij het GGZ

Onvoorwaardelijk binnen komt!

Rosemary

The thorns of a rose have been created
through the love God

To protect a rose against evil

Then the rose comes into bloom

And show her beautiful power to the world

(Twee aanschouwingen en één gedicht uit de ziel en pen van B.K.M. Peters©

Moppentrommel

Er belt een collectant aan de deur. Een vrouw doet open. Het blijkt een collecte te zijn voor de vrijwillige brandweer. "Kees," roept de vrouw naar achteren, "'t is voor de vrijwillige brandweer." Roept Kees terug: "Geef ze maar twee emmers water mee."

Roosje, een zeer knap meisje, gaat voor het eerst naar haar nieuwe school en wordt door de juffrouw aan de klas voorgesteld. "Kinderen, dit is Roosje en ze komt bij ons in de klas." Na haar korte betoog vraagt juffrouw: "Waar mag Roosje naast zitten?" Waarop een zeer lelijk jongetje zegt: "Naast mij." De juffrouw vind het goed en Roosje gaat naast de jongen zitten. De jongen vraagt aan Roosje: "Waarom hebben jouw ouders jouw roosje genoemd?" waarop Roosje antwoordt: "Toen ik geboren werd viel er een rozenblaadje op mijn hoofdje." Roosje aan de jongen: "Hoe heet jij dan?" Waarop de jongen antwoordt: "Dan heet ik koelkast."

Bezorgd zegt de moeder tegen haar vriendin: "Ik ben bang dat ik mijn zoontje te streng heb opgevoed." "Hoezo?" "Gisteren raakte ik hem kwijt in een warenhuis en toen het personeel hem vond en vroeg hoe hij heette, herhaalde hij steeds: "Pietje, laat dat! Pietje, laat dat!"

Piet belt de weerman van de televisie op: "Ik wou u alleen maar melden, dat de brandweer net bezig is uw "lichte bewolking" uit mijn kelder te pompen..."

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?"

De man die mijn dochter tot vrouw krijgt, heeft een lot uit de loterij. Ze drinkt niet, ze rookt niet, ze vloekt niet, ze flirt niet. "Hoe oud ze is?" "Twee."

Een niet meer zo jonge artiest komt bij een impresario en probeert hem een muizennummer aan te smeren. "Ach," zegt de zakenman, "dat is al zo vaak vertoond!" "Maar mijn muis begrijpt en spreekt Frans!" "Wel laat dan maar eens horen." De artiest neemt zijn muis in de hand en vraagt: "Que voulez-vous fumer? Une cigarette ou une pipe?" "Piep," zegt de muis.

Komt een duif een koe tegen. Zegt die duif tegen die koe ROEKOE. Zegt die koe tegen die duif ROEDUIF.

Een cowboy wilde een ongevallenverzekering afsluiten. "Hebt u ooit een ongeluk gehad?" vroeg de verzekeringsagent. "Nee," zei de cowboy, "maar vorige zomer heeft een paard me wel zo'n trap verkocht dat twee ribben waren gebroken, en een paar jaar geleden heeft een ratelslang me in mijn enkel gebeten." "En noemt u dat geen ongelukken?" vroeg de agent verbaasd. "Nee," zei de cowboy, "ze deden het met opzet.

Mijn buurman is na een week al moe van zijn autotelefoon. Hij baalt er van dat iedere keer als de telefoon gaat hij naar de garage moet lopen.

Wat is de overeenkomst tussen een man en een thermosfles? Als je er bier in giet, kun je ze overal mee naartoe nemen.

10 tips voor minder geldzorgen

Financiële zorgen ben je natuurlijk liever kwijt dan rijk. In het onderzoek van PanelWizard verzamelden we daarom tips die Nederlanders geven om controle te houden over hun financiën. Dit is hun top 10.

Onderzoek

Van alle Nederlanders maakt 31% zich zorgen om zijn of haar financiële situatie. Bron: Barometer Financiële Onbezorgdheid (de Volksbank, 2018).

Tip 1: Zorg voor inzicht en overzicht

Als je goed in kaart hebt hoe je er financieel voor staat, zorgt dat al voor heel wat minder stress en zorgen.

- Bepaal wat je per maand hebt om uit te geven: schrijf je inkomsten en vaste lasten op en reken uit wat er overblijft als alle rekeningen zijn betaald.
- Houd bonnetjes bij van wat je contant betaalt.
- Gebruik een [online huishoudboekje](#) of app waarin je bijhoudt wat er aan geld inkomt en uitgaat. Dat kan natuurlijk ook in een schrift of een Excel- of Word-document.

Tip 2: Zorg voor een financiële buffer

Met dat geld kun je onverwachte kosten betalen. Bijvoorbeeld als je wasmachine ineens gerepareerd moet worden. Of de koelkast aan vervanging toe is.

Zo bouw je een buffer op

- Maak een spaarplan en houd je daaraan.
- Zet standaard een bepaald percentage van je inkomen opzij.
- Geef spaargeld alleen uit aan dingen die je echt nodig hebt.

Tip 3: Betaal je rekeningen op tijd

We kennen het allemaal wel: de post die even ongeopend blijft liggen... En dan vervolgens ergens op een stapel verdwijnt en uit het zicht. Als dat met een rekening gebeurt, kan dat vervelende gevolgen hebben. Want als je je rekeningen niet op tijd betaalt, moet je misschien wel een boete of opslag betalen.

Dat voorkom je heel eenvoudig: door je post open te maken. En op tijd te betalen natuurlijk. Lukt dat niet? Bel met de organisatie en leg uit wat er aan de hand is. Misschien kun je dan samen een oplossing bedenken.

Tip 4: Maak goede afspraken met jezelf

- Bepaal bijvoorbeeld hoeveel je per dag of week mag uitgeven.
- Koop alleen iets als je er geld voor hebt. Check je saldo voor de zekerheid in de mobiel bankieren app.

- Sta je op het punt een impulsaankoop te doen? Geef jezelf bedenktijd. De kans is groot dat je tot de conclusie komt dat je het niet echt nodig hebt. En je zonder die aankoop thuis komt.

Tip 5: Schakel hulp in

Vind je het lastig om je financiën op een rijtje te zetten of je geldzaken op orde te krijgen? Vraag hulp aan je partner, een familielid of goede vriend of vraag advies bij de bank. Mogelijk is er een budgetcoach beschikbaar die je kunt inschakelen. Hier kun je bijvoorbeeld bij ons, maar ook bij je gemeente naar informeren.

Wist je dat financiële zorgen [voor ruim een kwart van de Nederlanders een taboeonderwerp](#) zijn? Maar liefst 16 procent wacht met het delen van problemen tot het echt niet anders kan. 6 procent vraagt zelfs nooit om hulp.

Tip 6: Geef niet meer uit dan er binnenkomt

Iets overhouden is beter dan lenen. Zo voorkom je dat je rood staat. Rood staan is zonde: want het kost geld! Je betaalt rente over het bedrag dat je in de min staat. Beter om het te voorkomen dus.

Tip 7: Bespaar op je vaste lasten

Zoek uit of je kunt besparen op je vaste lasten. Denk aan bijvoorbeeld abonnementen voor mobiele telefoon en internet en aan je energieleverancier. Shoppen bij dit soort bedrijven kan je aardige besparingen opleveren!

Tip 8: Controleer je automatische afschrijvingen

Zitten er bij je automatische afschrijvingen dingen waarvan je geen gebruik (meer) maakt? Zoals een abonnement voor dat tijdschrift waar je zoon inmiddels te oud voor is. Opzeggen! Dat is snel verdiend.

Tip 9: Bespaar op de extraatjes

Hoe leuk ook: een dagje sauna met een vriendin of uit eten met vrienden... Het is ook een aanslag op je portemonnee. Als je even iets minder te besteden hebt, doe dan iets samen dat geen of minder geld kost. Nodig vrienden bijvoorbeeld een keer thuis uit. En wandel met je vriendin in dat prachtige park bij je om de hoek.

Tip 10: Bespaar op dagelijkse uitgaven

Word een kei in aanbiedingen shoppen. Haal de 'nee'-sticker van je brievenbus en spit de reclamefolders door. Of nog handiger: doe dit online. Neem lunch mee naar je werk in plaats van iets te kopen in het bedrijfsrestaurant. Of pak vaker de fiets in plaats van de auto. Niet alleen goed voor je portemonnee, ook voor je lijf.

Bron: snsbank.nl

Viswif.

“Haring, nieuwe Hollandse haring!
Heerlijk met verse uiring!
Komt dan allemaal een stukje proeven!
Ik kan menig viskar overtroeven!”

Schreeuwen kon ze als de beste.
Een enkeling die haar ermee pestte.
“Houd je stem een beetje in toom!
Anders koop ik geen Rode Poon!”

Met priemende oogjes keek ze rond.
Als ze achter haar kraampje stond.
Minuut naar minuut, uur, na uur.
Gooide ze visjes in het frituur.

Zelfs fileerde ze zelf de haring.
Na zoveel jaar had ze wel ervaring.
Ze schreeuwde van acht tot vijf.
Ze was echt op en top Viswif!

© Vera Hoving

Vlieg maar.

Vlieg maar uit mijn handen.
Achter de horizon behoort jij te zijn.
Laat dit leven maar achter jou.
Dit leven vol verdriet en pijn.

Sla jouw vleugels maar uit.
Vlieg jouw laatste vlucht.
Jij hebt dapper gestreden.
Slaak maar jouw laatste zucht.

Vlieg maar uit mijn armen.
Verlaat jouw angsten en pijn.
Ik zal jou echt niet vergeten.
Want jij zult altijd in mijn hart zijn.

© Vera Hoving

Kerstdiner



*Op Donderdag
20 december is
het weer tijd
voor het
traditionele
Kerstdiner.*

*Aanvang:
16.30- uur*

Prijs: 6 euro



Opgeven voor 13 december dus uiterlijk 12 december

De opwarmende aarde

De eilandengroep [Tuvalu](#) zal als eerste land ter wereld verdwijnen door de alsmaar warmer wordende aarde. Reizen Waes, een reisprogramma van een Belg ging er een kijkje nemen. Het klimaat, de aarde en de natuur. Redt Tuvalu het en kan het ten onder gaan van Tuvalu de ondergang van de aarde inleiden ?

Hoe men daar leeft en wat is het leven waard, wetende dat het stukje aarde waarop je leeft er binnenkort niet meer is.

De natuur en de aarde en ik vind het boeiend om te zien hoe men ergens anders op deze mooie planeet met de aarde en met de natuur omgaat. Het klimaatdebat vind ik ook wel boeiend en hoe ver de opwarming weg is en kan zijn en hoe weinig druk wij ons maken om de opwarming van de aarde. Discussie en mensen die beweren dat het onze schuld is en mensen die beweren dat wat we als mensheid ook gaan doen. Warmer wordt het toch wel.

Zelf vind ik dat als we er met zijn allen iets aan kunnen doen we dat ook moeten gaan doen.

Een vulkaan en levend op de flanken van een vulkaan. Het is alweer een tijdje geleden sinds die vulkaan voor het laatst uitgebarsten is. Oftewel actief is geweest en het gevaar blijft. Mensen die er wonen en werken vinden dat als ze zich goed gedragen en als ze lief zijn voor de aarde en de natuur het nog lang zal duren voordat er weer gloeiendhete lava naar buiten zal komen.

Japan en de goden van de natuur. Eigen schuld en dikke bult. Als wij ons niet gedragen worden de orkanen nog groter en nog gevaarlijker. Voor wat hoort wat en het gedrag van de mens bepaalt en is leidend.

De indianen en niet meer nemen dan echt nodig. De geesten van de voorvaderen eren en het land eren en de bizon natuurlijk. Het spreekt me wel aan. Levend dicht bij de natuur en genoeg is genoeg natuurlijk 😊.

De mens in Nederland en hoe we genieten van het warmer worden. De terrassen zitten vol en meer ook niet. Mooi weer en hoe we daar van houden. Ons niet druk makende over het einde van ons bestaan.

De windmolens die we niet willen en de zonnepanelen en het gas uit Groningen en vooral door blijven gaan met nooit genoeg hebben. Tropische stormen hebben we hier niet en de droogte van de afgelopen zomer is mee om te gaan.

Wat de toekomst brenge moge, het blijft altijd een gok.

Zelf hou ik wel van de aarde en de natuur. Ik ben graag buiten en af en toe een uurtje bij het hunebed en ik voel me weer mens. Een mens die minder wil en een mens die houdt van zijn eigen land. Ik ben blij dat ik niet op Tuvalu woon of in Japan of de Filipijnen of in Amerika leef en woon. Bosbranden en nog meer tropische stormen.

De ommekeer en de ijsskappen groeien en de opwarming van de aarde gaat niet door. Fake-nieuws en is het nieuws over de opwarming van de aarde fake nieuws. Om ons in paniek te laten geraken. Chaos en winst voor de mensen die van chaos houden en chaos willen.

Of is het een storm in een glas water en meer ook niet 😊. De toekomst blijft ongewis en een gewaarschuwd mens telt voor twee...

Agenda

Week 48

Volleybal: dinsdag 27 november 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 !!

Bakactiviteit: Woensdag 28 november. Kruidcake bakken maken. Aanvang 13.30 uur. Alleen als je het meeneemt betaal je de kostprijs.. Verder gratis

Bezoekersoverleg: Donderdag 29 november. Aanvang 18.15 uur. Over de dagelijkse gang van zaken binnen het inloophuis. Wil je meepraten dan ben je van harte welkom !!

Week 49

Wandelen: Dinsdag 4 december We vertrekken om 13.30 uur vanaf het inloophuis. De wandeling duurt ongeveer 1 uur.

Volleybal: dinsdag 4 december 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 !!

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

Darten. Op vrijdag 7 december dartcompetitie. Aanvang 14.00 uur. Meer info bij Lyset

Zondag 9 december zijn we geopend van 13.30 tot 16.00 uur

Week 50

Volleybal: dinsdag 11 december 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 !!

Bowlen: Woensdag 12 december gaan we weer bowlen. Van 14.00 tot 15.00 uur en meedoen kost tussen de 5 en 6 euro

Klaverjassen: Donderdag 13 december. Aanvang 19.15 uur. Meedoen kost 1 euro en 50 eurocent

Darten. Op vrijdag 14 december dartcompetitie. Aanvang 14.00 uur. Meer info bij Lyset

Week 51

Maandag 17 december vanaf 13.00 uur gesloten in verband met teammiddag.

Wandelen: Dinsdag 18 december We vertrekken om 13.30 uur vanaf het inloophuis. De wandeling duurt ongeveer 1 uur en meestal kiezen we voor een boswandeling

Volleybal: dinsdag 18 december 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 !!

Poolcompetitie. Woensdag 19 december. Het begint om 14.00 uur en meedoen kost maar 50 eurocent.

Kerstdiner: donderdag 20 december Aanvang 16.30 uur. Meedoen kost 6 euro en opgeven uiterlijk 12 december

Filmmiddag. Vrijdag 21 december. Film in overleg. Gratis en we starten de film rond 13.30 uur

Zondag 23 december zijn we geopend van 13.30 tot 16.00 uur

Week 52

Maandag 24 december geopend van 11.00 tot 15.00 uur. Om 12.30 uur een warme maaltijd: Chili con carne. Opgeven tot 21 december 13.00 uur. Er is vandaag geen lunchcafé.

Dinsdag 25 december Eerste Kerstdag gesloten !!

Woensdag 26 december tweede kerstdag gesloten !!

Donderdag 27 december geopend van 11.00 tot 18.30 uur

Vrijdag 28 december geopend van 11.00 tot 18.30 uur

Week 1

Maandag 31 december geopend van 11.00 tot 15.00 uur met om 12.30 oudejaarslunch. Opgeven tot en met vrijdag 28 december 13.00 uur. Ook vandaag is er geen lunchcafé

Dinsdag 1 januari gesloten !!

Woensdag 2 januari een nieuwjaarsreceptie. Aanvang 14.00 uur

Meer informatie over bovenstaande en andere activiteiten in het Inloophuis

Oliebollen met sukade en appel

Wat heb ik nodig?

500 g tarwebloem
30 g verse gist of 11/12 gram droge gist (heel zakje)
ongeveer 5dl lauwe melk
100 g krenten
100 g rozijnen
50 sukade
2 appel in blokjes
6g zout
Sap van een 1 citroen
Olie om in te bakken

Bereiding

Laat de krenten en rozijnen een uurtje wellen in lauwe water. Snijd de appel in kleine blokjes en pers de citroen uit. Meng het gist met lauwe warme melk en voeg daarna de bloem en de overige ingrediënten toe. Dek het oliebolbeslag af met een warme natte theedoek en zet op een warme plaats en laat 1 uur rijzen. Verwarm in een ruime pan de olie tot 180 graden. Neem een ijsknijper (of 2 lepels) en doop deze even in de hete olie om vervolgens een bol beslag met de ijsknijper te pakken en in de hete olie te laten zakken. Bak de oliebolletjes in een minuut of 6 rondom gaar en goudbruin. Laat de oliebolletjes uitlekken op keukenpapier en bestrooi royaal met poedersuiker.



Menulijst december 2018

| | |
|----------------------------|--|
| Maandag 3 december | Krieltjes, bloemkool en een gehaktbal |
| Dinsdag 4 december | Stamppot boerenkool met spekjes en worst |
| Woensdag 5 december | Bruine bonen soep met stokbrood en kruidenboter |
| Donderdag 6 december | Gekookte aardappelen, spinazie en een speklap |
| Vrijdag 7 december | Macaroni met ham en groenten |
| Maandag 10 december | Hutspot met een rundervink |
| Dinsdag 11 december | Nasi |
| Woensdag 12 december | Gekookte aardappelen, rode kool en hachee |
| Donderdag 13 december | Zuurkool schotel met gehakt en ananas |
| Vrijdag 14 december | Gekookte aardappelen, salade en een kipschnitzel |
| Maandag 17 december | Geen eetcafé |
| Dinsdag 18 december | Stamppot rauwe andijvie met spekjes en een rundersaucijs |
| Woensdag 19 december | Spaghetti |
| Donderdag 20 december | Kerstdiner |
| Vrijdag 21 december | Gebakken aardappelen, witlofsalade en een cor don blue |
| Maandag 24 december | Chili con carne. Let op: het eetcafé is om 12.30 uur. Opgeven voor 21 dec. 13.00 uur |
| Dinsdag 25 december | Gesloten 1 ^e kerstdag |
| Woensdag 26 december | Gesloten 2 ^e kerstdag |
| Donderdag 27 december | Tagliatelle met groenten en kip in roomsaus |
| Vrijdag 28 december | Gekookte aardappelen, wortelen en vissticks |
| Maandag 31 december | Oudjaarsbrunch. Let op: de brunch start om 12.30 uur Opgeven voor 28 december 13.00 uur |