

Inlopertje

Maandblad van Inloophuis Emmen. Juni 2024

Z O M E R

2 0 2 4



Afbeelding van Pixabay

Redactioneel/inleiding

Dat de zomer er aan komt, los van dat het 1 juni wordt, is ook te merken dat sommige onderdelen een zomerstop kennen. In dit geval vanaf juni is er (dus let op!) geen georganiseerd klaverjassen in het Inloophuis. Dat wil natuurlijk niet zeggen dat er uit eigener beweging niet mag worden geklaverjast.

Henk Staats heeft diverse uiteenlopende stukjes geleverd. Van horror in Amsterdam via een nostalgische terugblik via een tv-serie (Het kleine huis op de prairie) op vroeger en een wat zwaarder onderwerp, maar niet zonder ook licht. Er staan maar liefst twee aankondigingen er in. Zingevingsfestival 2024, wat onder velen van jullie een wederkerende hit en must is. Daarnaast een muziekmiddag. Zelfs in het menu prijkt er iets apart, gauw naar de achterkant daarvoor dus. Sla echter wat er tussenin staat niet over!!

Zo staat er een stuk van mij in over het fenomeen gratis kranten/bladen. Je hebt er een voor je: Het Inlopertje. Ik doel echter op het (helaas!?) voorbijgegaane fenomeen gratis kranten zoals de Metro en de Spits. Daarover meer verderop. Deze krant die je nu in handen hebt of op tafel is gewoon een blijvertje.

Het zou mooi zijn als er meer mensen een stukje zouden willen schrijven voor het Inlopertje. Je hoeft echt geen hoogdravende super literaire stukjes te schrijven. Over iets wat je boeit, mee hebt gemaakt of wil delen of waar je veel van weet qua interesse of hobby. Gewoon doen. Dus schroom niet. Lever een stukje in, dat kan ook met behulp van iemand om het goed op papier/scherm te krijgen. Het Inlopertje krijgt er alleen maar meer toegevoegde waarde door. Een gevarieerde uitgave met verschillende schrijvers.

Schroom niet. Werp deze schroom van je af en stuur een stuk in.

Let op de deadline is 22 juni voor de uitgave van juli 2024.

Stuur in Word, Open Office of Pages (**bij voorkeur geen PDF-bestand**) naar paulvdsluis@hotmail.com

Veel leesplezier. Paul van der Sluis

Algemene (contact)informatie

Het Inlooptje is het maandblad van Inloophuis de Emmer Dennen van Cosis.
Inloophuis adres: Boslaan 135, 7822 EP Emmen.
Telefoonnummer: 088 8789628/Internet: www.inloophuisemmen.nl
Hoofdredactie Paul van der Sluis e-mail: paulvdsluis@hotmail.com

Verjaardagen juni 2024

1 juni Tinus
14 juni Willy

Lunchcafé/Eetcafé

Van maandag tot en met vrijdag is er een lunchcafé van 11:00-13:00. Met broodjes, uitsmijters, tosti's en soep. Op bepaalde dagen is er iets speciaal, wat op die dag ook kan worden besteld. Bijvoorbeeld onderstaand, zie verder in het Inloophuis

Maandag

Tosti Speciaal. (Ham/kaas en gebakken ei) € 2,25
Tosti Hawaii (met ananas) € 2,00

Dinsdag

Pannenkoeken plus 1 ingrediënt € 1,75
Voor elk extra ingrediënt € 0,25

Woensdag diverse snacks.

Donderdag

Gehaktbal € 1,50
Broodje gehaktbal € 1,80
Broodje gehaktbal met saus € 2,10

Vrijdag

Uitsmijter 3 boterhammen en 2 eieren. € 2,50
Uitsmijter inlooptje: 3 boterhammen,
3 eieren + extra's € 3,00

Eetcafé

€ 4,00

Eetcafé maandag-vrijdag. Om 17:00 uur eten in het Inloophuis. Er kan ook nog afgehaald worden tussen 16:30 en 17:00 uur. Geef dus aan of je wil mee eten of afhalen. Zoals gewoonlijk staat het menu weer op de achterkant. **Het inloophuis is maandag-vrijdag van 11:00 tot 18:30 uur open, op donderdag tot 21:00 uur. Op de zondagen 2, 16 en 30 juni van 13:30-16:00 uur ook geopend.**



Wie gaat er mee?

ZINGEVINGSFESTIVAL

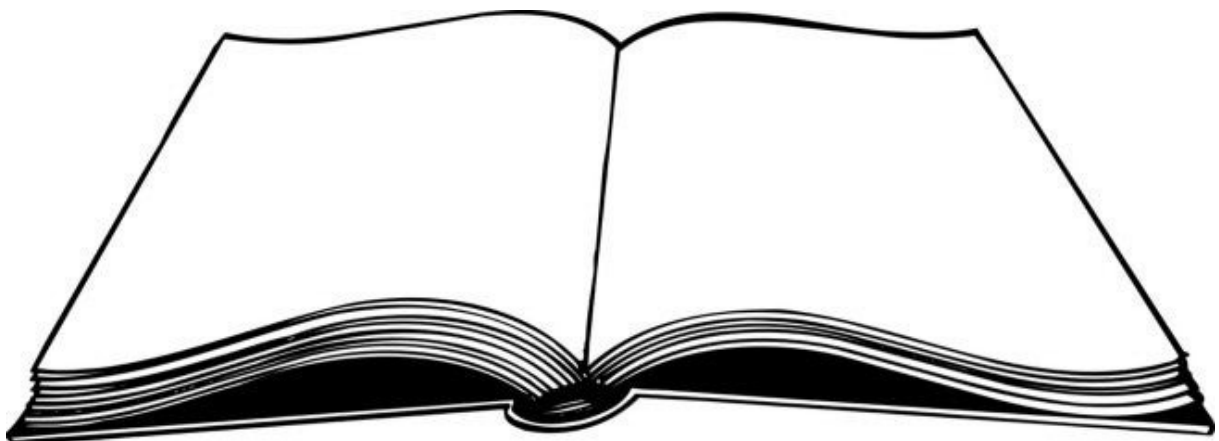
Wanneer: 18 juni 2024

Neem een lunchpakketje mee..

Opgeven bij het Inloophuis uiterlijk 31 mei!

Aansluitend chinees eten bij het Inloophuis

Kosten 7,50 voor het eten



Kom op Verhaal

Het kleine huis op de prairie (door Henk Staats)

Het kleine huis op de prairie (Engels: *Little House on the Prairie*) was een Amerikaanse historische western-/dramaserie over het leven op een boerderij in de buurt van Walnut Grove, Minnesota. De serie speelt zich af van de late jaren 1870 tot de jaren 1890 en is los gebaseerd op de gelijknamige boekenreeks van Laura Ingalls Wilder.

De serie was 1 van mijn lievelingsprogramma's in mijn jeugd. Het laat het leven zien voordat de auto en nog veel meer zijn intrede deed. Paard en wagen was toen de norm. Een boerengezin levend in Amerika en hoe het leven er toen uitzag. Simpel. Zaaïen en oogsten. Zelfvoorzienend en een dorpje waar je bij een winkel wat je niet zelf had kon kopen. Het gezin centraal en op zondag naar de kerk. Ook speelde geld niet echt een belangrijke rol. Een beetje is/was genoeg.

Hoe veel van wat nu belangrijk is er nog niet was. Nog geen auto's, geen radio en tv. Hoeveel leuker het toen was vergeleken met nu. Ook dat is natuurlijk mijn persoonlijke mening. Ik had toen graag willen leven en opgroeien.

Zonder al die gekte van deze tijd. Vergeleken met het leven toen is er heel veel veranderd. De vooruitgang is natuurlijk niet te stoppen en vooruitgaan moet. Bij het kijken naar dit programma vraag ik me weer af waarom vooruitgang moet?

Stilstand is dan veel leuker en dan ben je niet meer nodig dat het gezin uit deze serie. Lekker simpel leven en geen overbodige prikkels en geen ingewikkeldheid. Hoe ingewikkeld het nu is geworden vergeleken met toen.

Hoe het in de jaren 60 en 70 van de vorige eeuw was weet ik nog (een beetje). De tv had de hoofdrol en kijken naar het kleine huis op de prairie behoorde bij de opvoeding. Net als andere tv programma's Opgroeien in een boerenarbeidersgezin en 1tje van de tweede leg. Zoals ze dat noemen. 4 oudere kinderen en dan een tijdje niets en dan nog 3 kinderen. Ik hoorde bij de jongste drie. Opvoeden deden mijn ouders toen niet echt meer. De tv had de hoofdrol. Ook goed natuurlijk. Als je dan kijkt wat er toen op tv was. Niets mis mee : -) Later miste ik wel begeleiding bij het maken van keuzes. Of er was niets te kiezen. Dat kan ook maar daar wil ik verder ook niet meer over zeuren. Het leven en meer is het niet.

Leuk dat het kleine huis op de prairie nog steeds op tv te zien is. Er zijn meer mensen die naar deze tijd verlangen. Zonder alles wat er daarna is bijgekomen. De vooruitgang heeft ons veel gebracht. Ik vind veel van wat erbij is gekomen gekte. Maar weten dat het leven verder gaat en niet alles hetzelfde kan blijven.

Terug naar 2024 en meer als het kleine huis op de prairie hoeft het leven voor mij nu niet meer te zijn. Genoeg mag genoeg zijn. Lekker rustig aan ouder worden en genieten van het goede. Een kopje koffie met gelijkgestemden. Samen met mijn lief leuke dingen doen. En dan leuke dingen doen die niet veel geld hoeven te kosten. Levend in mijn eigen kleine huis op de prairie. Ook als staat dat huisje in een grote stad. Ik ben geen boer dus het land bewerken hoef ik niet. Gelukkig niet. Levend in een rijk land dus ook voor de mensen die niet kunnen werken is er genoeg geld. En wat ik gekte vind laat ik maar gewoon gekte. In het klein heb ik er geen last van.

Leuk om te weten/Van alles nog wat/ Een voorbijgaand fenomeen. Gratis kranten./Paul van der Sluis

Op het hoogtepunt in Nederland waren er maar liefst 4 dagelijkse gratis kranten. Drie daarvan werden aangeboden in en rond het openbaar vervoer. De 4^e ook via grotere (doorgaande) NS stations en de Albert Heijn.

1. De Metro;
2. De Spits;
3. De Pers;
4. Dag.

Algemeen

Het fenomeen gratis kranten in Nederland begon eind vorige eeuw (of nog grootser, eind vorig millennium) in 1999. Op het hoogtepunt waren er totaal miljoenen lezers van de diverse gratis kranten bij elkaar. De kranten werden namelijk vaak doorgegeven of bleven liggen in het OV voor anderen. Daarvoor was de Metro in Zweden met een dagelijkse gratis krant gestart. Dat ging als volgt. De plannen ontstonden al in 1992. Op 13 februari 1995 verscheen de eerste Metro als gratis krant op tabloid-formaat in Stockholm. Toen zwierven zo'n 400 gepensioneerden over de straten van Stockholm. Ze hadden in hun handen de krant Metro. 200.000 exemplaren waren gedrukt. Daarnaast lagen de kranten ook in 400 groene bakken. Vergeet niet dat smartphones nog niet bestonden, laat staan zaken zoals Twitter (nu X), Instagram en Facebook. Even gauw het nieuws of entertainment op zoeken was er niet bij. Dus de 200.000 gratis kranten vonden gretig aftrek. Na 4 dagen konden ze de gepensioneerden naar huis sturen. De kranten vonden zo hun weg wel. Naderhand werd de Metro zelfs de grootste krant in Zweden.

Er waren een aantal zaken belangrijk om de gratis krant van de grond te krijgen. Allereerst een overeenkomst met de lokale openbaar vervoer onderneming SL en natuurlijk geld. Twee van de grote landelijke kranten *Dagens Nyheter* (DN) en *Svenska Dagbladet* (SD) waren er niet geheel gerust op, maar vonden de tijd (nog) niet rijp voor een eigen gratis krant. Metro lanceerde in september 1996 een weekend editie als Metro Weekend. Hierop konden lezers zich tegen betaling op abonneren om die in de brievenbus te krijgen. Leuk weetje voor de liefhebbers van vooral Scandinavische (detective) romans. De chef redacteur was Liza Marklund. De DN stond niet toe dat mensen zich slechts op de weekendkrant konden abonneren. Ze wilden dus dat dit met een Metro niet door ging. Samen met de SD zetten ze druk op een minister om de steun voor de distributie in het weekend tegen te houden. De weekend editie stopte na een aantal maanden alweer. De gratis versie Metro was echter niet af te stoppen.

1. Metro

De groep achter de Metro in Zweden begon na het succes in Zweden

plannen te maken om zoiets ook in het buitenland te proberen. Een Duitse journalist Madeja en een Nederlandse zakenman Bart Lubbers, zoon van voormalig premier Ruud Lubbers, kwamen elkaar tegen. Madeja was in Stockholm de Metro gratis krant tegen gekomen. Hij wilde met Lubbers dit ook in Nederland proberen. De Zweedse groep had hier wel oren naar, onder voorwaarde dat ze een contract sloten met de NS voor verspreiding op o.a. de stations. Op 21 juni 1999 verscheen de eerste Metro krant. Naast de stations werd deze ook verspreid bij en in ander openbaar vervoer, bibliotheken enz. Op het hoogtepunt tegen het eind van het eerste decennium van de 21^e eeuw was de oplage zelfs ruim een half miljoen exemplaren en met een bereik van ruim 1 miljoen lezers een van de best gelezen kranten in Nederland. Er is korte tijd tussen eind 2003 en midden 2005 een weekendeditie verschenen op de zaterdag. Voornamelijk verspreid in het Westen van Nederland, maar deze was niet populair bij adverteerders en werd gestopt. In 2004 verscheen er een aparte Rotterdamse editie en in 2005 een Amsterdamse editie. In 2012 werd de Metro door de Telegraaf Groep, die de Spits al uit gaf, overgenomen.

Nadat de eerste jaren de beide kranten als aparte titel bleven bestaan, ging alleen de Metro als titel door als gratis krant vanaf eind 2014. Op 20 maart 2020 verscheen de laatste papieren editie mede door de teruglopende cijfers door corona en de lockdown. Enige jaren daarvoor werd het verspreidingsgebied al teruggebracht tot de Randstad en grotere NS stations. In Emmen verdween de verspreiding. Dan moest je het doen met kranten in de bus of de trein die waren blijven liggen. Online is er nog wel een soort van metro over gebleven.

2. Spits

Toen het bedrijf achter De Telegraaf door kreeg dat de Metro zou worden uitgegeven als gratis krant, kwam ze met een verdediging. Een eigen gratis krant die op dezelfde dag voor het eerst verscheen. Onder de aanname dat de Metro toch binnen een aantal jaren zou sneuvelen. Dat gebeurde niet en ook de Spits werd een succes. Ze kenden wel een groot probleem de eerste jaren, ze mochten geen eigen krantenbak of rek bij de NS stations plaatsen. Dat was exclusief voorbehouden aan de Metro en later De Pers. Met als gevolg dat er in navolging van de Zweedse Metro in het begin ook de Spits fysiek werd uitgedeeld aan de mensen vaak vlak bij de stations.

Wordt vervolgd en afgesloten in het volgende nummer.

Bronnen o.a.: Metro Sverige (Zweden) website 10 en 13 februari 2015.

Themadag:
Muziek



**EEN DAG VOL MUZIKALE
VERRASSINGEN!**

Neem je eigen
instrument mee en/of
kies een liedje uit waar
jij een verhaal bij hebt!

15 Juni 2024
10.00 - 16.00 uur
Inloop
Boslaan 135, Emmen

Aanmelden kan via:
www.herstelruimte-emmen.nl

**Gratis voor
iedereen**

**Inclusief
Lunch**

Horror (door Henk Staats)

Begin dit jaar een dagje alleen op stap. Amsterdam en mijn neus achterna. Ik kom uit bij een spookmuseum. Schreeuwende reclame en het is eng en horror. Ik kende het verder niet. Ik zie mensen bang die kant uitkijken en ik heb zin in echte horror.

Ik besluit naar binnen te gaan en een spooktoer te gaan volgen. Ik word in het Engels begroet. Ze hebben even niet door dat ik een Nederlander ben. Ik speel het spel even mee. Ze komen er toch achter dat ik een Nederlander ben. Ik krijg de keuze. Met een groepje Engelstalige mensen de toer volgen of wachten op de volgende groep die Nederlandstalig is. Ik besloot met de Engelstalige mensen mee te gaan. Amsterdamse en Nederlandse spookverhalen uit het verleden worden nagespeeld. Ik denk dat het echt is. Ze hebben de tand des tijds overleefd en het speelt zich nu af op die plekje Amsterdam. Psychotisch zijn en alles speelt zich af in mijn hoofd. Soms ook echte horror en nu even in het echt horror. Bang ben ik niet. We worden gevraagd naar onze echte angsten. Stephen King zeg ik met een glimlach. Horror boeken en films en het maakt me niet angstig.

De toer begint en men doet zijn best om het echt eng te maken. Sluip door en kruip door. Voorstellingen en na een tijdje gaat de volgende deur open voor een nieuw horrorverhaal uit het verleden. Balthazar Gerards komen we ook tegen. Lang geleden vermoorde hij Willem van Oranje. Hij werd gefolterd en zijn hoofd komt op een spies terecht. Dit gebeurde in de 16^{de} eeuw. Het hoofd is er nog en praat. Ik denk dat het echt is. Eng verhaal en meer. We gaan verder met de spooktocht en komen in een doolhof terecht. Ik kom er alleen voor te staan en ik vind met enige moeite de uitweg. De Inquisitie doet ook mee. Een rechtbank van lang geleden en ik vind het nep. Wieter gaan en na 1 uur en een kwartier zit de tocht erop. Een borrel en ik ga weer naar buiten. Ik weet even weer wat echte horror is. Later op zoek op het internet. Even kijken waar ik echt geweest ben. *The Amsterdam Dungeon*. Een interactieve tour door de duistere geschiedenis van Amsterdam. Nagespeeld door acteurs.

Horror en hoe veel van die psychoses die ik heb gehad zich af speelden in mijn hoofd. Met hallucinaties en meer. Passief beleven was het altijd wel. Liggend op de bank speelt zich van alles af in mijn hoofd. Afgewisseld met de werkelijkheid. Bang ben ik nooit en gewoon wachten tot het uitgeraasd is. Soms het verschil tussen dag en nacht kwijt.

Nooit gewelddadig naar anderen toe en gewoon mijzelf blijven. Weten dat ik nog nooit iemand kwaad heb gedaan. Even lekker laten uit razen en alles wordt weer normaal.

Hoe saai het echte leven kan zijn. Hoe ik kan genieten van saai. Passief ben ik vaak ook. Laat het maar gebeuren en ik ben de toeschouwer. Hoe gek het ook wordt. Ik heb het meegemaakt.

Hoe blij ik ben met het feit dat een psychose niet blijvend is. Dat het pilletje meestal gewoon zijn werk doet en laat het leven verder maar gewoon lekker saai zijn. In mijn hoofd genoeg meegemaakt of veel te veel.

Een lach en een traan (door Henk Staats)

Vorige week weer filosofiecafé. Een filosoof die weet wat psychotisch zijn is, doet zijn verhaal. In 1987 kwam hij met een psychose terecht op een observatieafdeling van de GGZ. Jaren later gaat hij de aantekeningen die men toen gemaakt had inzien. Observatie en wat de buitenstaander dan ziet. Niet wetende waarom je zoiets doet. Wel grappig. Hoe een ander het dan ziet. Hoe hij zijn psychose nu een mooie droom noemde. Met open ogen dromen en dan verder wakker zijn. Zo heb ik het zelf ook weleens beleefd. Als een mooie droom. En dan niet meer weten wat de droom is en wat echt.

Verder kon hij er ook niet negatief over zijn. Hij vertelt het verhaal wel vaker. De mensen die zijn verhaal horen, willen dan ook wel een keer psychotisch zijn. Ook was het voor hem eenmalig en verder niet zoveel aan de hand.

Zelf had ik mijn eerste opname ook in 1987. Gedwongen en het was meer dan alleen maar psychotisch zijn. Ook een gesloten observatieafdeling. Ook medicatie en dat had veel invloed op mijn mens zijn en wat ik liet zien. Zelf nooit mijn dossier van die tijd ingezien. Net weten of het er nog is. Voor mij was het leven beslist geen feestje. Integendeel. Een diep dal en weinig hulp ervaren. Ik moest het zelf doen en dat lukte ook niet. Onderdak en niets meer moeten was toen voor mij het belangrijkste.

Een psychose en opname zien als een feestje. Ook deze eeuw een paar keer opgenomen geweest en dat was een feestje. Anders dan in de jaren 80. Wel gedoe met medicatie. Ook op een gesloten afdeling en cliënten onder elkaar kunnen veel plezier hebben.

Al die jaren in de psychiatrie en ook dagbesteding en inloop. Vele mensen ontmoet die weten wat psychotisch zijn is. Ook anderen die het zwaar hadden of hebben gehad. Dan is ggz niet echt een feestje meer. Mensen die er niet meer zijn en het niet meer aan konden. Ook die heb ik gekend. Dan wil je niet psychotisch zijn. Een mooie droom kan het zijn, maar ook een lange nachtmerrie. En dan de bijwerkingen van de medicatie. Die mag ik niet vergeten te noemen. Bijwerkingen die door een ander niet als bijwerkingen worden gezien en alweer misverstanden.

Verward zijn en dan even niet meer weten wat je doet. Ik zat laatst te kijken naar het tv-programma *Verward*. Iemand die onder invloed van drugs andere mensen iets ergs aandoet Ook een psychose. Zien dat men wel wil helpen maar niet kan. De rechten van de verwarde medemens. Hoe verward zijn dan even niet leuk meer is. Dan de oordelen en vooroordelen die er bij horen. Dan begrijp ik heel goed dat als mensen horen dat ik de diagnose schizofrenie heb, anders tegen me gaan doen. Sommigen vinden mij dan soms ook eng.

Weten dat ik in sommige opzichten geluk heb gehad. Dat ik tot op zekere hoogte gewoon normaal kan functioneren. Dat de medicijnen gewoon goed hun werk doen. Ook dat is niet vanzelfsprekend. Voor mij waren sommige psychoses gewoon een 'mooie' droom en gelukkig geen nachtmerries. Ook heb ik nog nooit iemand anders kwaad gedaan. Of dat geluk is? Soms denk ik van wel. Of het is gewoon mijn mens zijn. Dat kan ook.

Met een lach en een traan terugdenken aan alles wat ik tijdens al die jaren heb meegemaakt. Niet altijd een lach en vaker een traan en soms andersom.

Studio Inlopertje/Inlopertje Inside

//Diversen/

Op de woensdagen poolen op 5 en 19 juni en een spelletjesmiddag op 12 juni, sjoulen op 26 juni en donderdag 27 juni een pubquiz vanaf 19:00 uur.

//Dartcompetitie



Op (bijna) elke donderdag is er darten in het Inloophuis. Aanvang 13:30 uur. We hebben vorige maand voor het eerst een trainingsmiddag op de vrijdag zo tussen 2 en 4 gehouden met grote deelname. Deze was gratis en de darters waren over het algemeen hierover goed te spreken. Dus voor herhaling vatbaar. Op de donderdag kun je dan horen of hier sprake van is. Deze zal dan natuurlijk ook gratis zijn. Deelname is 0,50 cent per keer. Darters kunnen wij altijd gebruiken. Kom proef gooien desnoods. Het schept zeker geen verplichting. Nieuwelingen en ook beginners zijn van harte welkom, zelfs als je nog niet met een dubbel uit kan gooien. Er is een speciale beginnersregel die een aantal wedstrijddagen geldt voor diegene. Dat wordt je in het Inloophuis uitgelegd en zorgt er voor dat je competitief kan meedoen vanaf het begin al.

Sterker nog sinds dit jaar zijn er spontaan ingezette trainingsmiddagen, meestal 1 keer per maand of anderhalve maand. Deze zijn gratis en worden op een vrijdag meestal tussen (kwart voor) 2 en 4 gehouden. Vrijblijvend en bij belangstelling. Staat niet in de agenda ingepland dus. Licht ook aan eventuele andere activiteiten enz. Dus let op.

Denk er om dat rond eind juni of eerste helft van juli er traditioneel een finaledag toernooi is met bijamen en opkomstmuziek, naast mooie ereprijzen. Een spektakel op zich, met ook hapjes en drankjes voor het publiek.

Info darten bij Paul van der Sluis.

// Klaverjassen

LET OP!!!!!! Deze maand en in juli geen georganiseerd klaverjassen. Info klaverjassen bij medewerkers

Agenda juni 2024

Week 22

Zondag 2 juni. Geopend van 13:30 tot 16:00 uur.

Week 23

Maandag 3 juni. Wandelmiddag. Vertrek 14.00 uur.

Woensdag 5 juni. Poolmiddag. Aanvang 13:30 uur.

Donderdag 6 juni. Dartcompetitie. Aanvang 13.30 uur. Meedoen kost € 0,50. Wekelijks

Donderdag 6 juni. Samen sporten. Van 15.45 tot 16.45 uur. In de sportzaal Oosterstraat 72.

Week 24

Maandag 10 juni. Wandelmiddag. Vertrek 14.00 uur.

Maandag 10 juni. Creamiddag. Aanvang 13:30 uur.

Dinsdag 11 juni. Bezoekersoverleg. Aanvang 14.00 uur. Het laatste nieuws vanuit het team en praat mee over de dagelijkse gang van zaken.

Woensdag 12 juni. Spelletjesmiddag. Aanvang 13.30 uur.

Donderdag 13 juni. Dartcompetitie. Meedoen kost € 0,50. Aanvang 13.30 uur. Wekelijks tenzij anders vermeld.

Donderdag 13 juni. Samen sporten. Van 15.45 tot 16.45 uur. In de sportzaal Oosterstraat 72. Wekelijks

Zondag 16 juni. Geopend van 13:30 tot 16:00 uur.

Week 25.

Maandag 17 juni. Wandelmiddag. Vertrek 14.00 uur.

Dinsdag 18 juni. Zingevingsfestival. Opgeven bij de Inloop. Uiterlijk 31 mei.

Dinsdag 18 juni. Chinees buffet. Kosten € 7,50. Opgave uiterlijk 31 mei bij de Inloop.

Woensdag 19 juni. Poolmiddag. Aanvang 13.30 uur

Donderdag 20 juni. Dartcompetitie. Meedoen kost € 0,50. Aanvang 13.30 uur. Wekelijks tenzij anders vermeld.

Donderdag 20 juni. Samen sporten. Van 15.45 tot 16.45 uur. In de sportzaal Oosterstraat 72. Wekelijks.

Zaterdag 22 juni. Pridewalk in Groningen. Meer informatie bij de Inloop.

Week 26.

Maandag 24 juni. Wandelmiddag. Vertrek 14.00 uur.

Maandag 24 juni. Creamiddag. Aanvang 13.30 uur.

Dinsdag 25 juni. Creamiddag met Miranda. Aanvang 13.30 uur

Woensdag 26 juni. Sjoelmiddag. Aanvang 13.30 uur.

Donderdag 27 juni. Darten. Aanvang 13.30 uur. Meedoen kost € 0,50

Donderdag 27 juni. Samen sporten. Van 15.45 tot 16.45 uur. In de sportzaal Oosterstraat 72.

Donderdag 27 juni. Pubquiz. Aanvang 19:00 uur.

Week 27.

Zondag 30 juni. Geopend van 13:30 tot 16:00 uur.

Alles is onder voorbehoud. Hou ook onze Facebookpagina in de gaten(inloop Emmen) of onze website: <https://inloophuisemmen.nl>

Menulijst juni 2024

Regels voor opgave. Gelieve uiterlijk op de voorgaande vrijdag aan te geven of u wenst deel te nemen aan de maaltijd op maandag, dinsdag en woensdag, en uiterlijk op woensdag als u wilt deelnemen op donderdag en vrijdag.

- | | |
|-------------------|---|
| 3 juni Maandag | Sperziebonen aardappelen gehaktbal |
| 4 juni Dinsdag | Macaroni |
| 5 juni Woensdag | Spinazie aardappels speklap |
| 6 juni Donderdag | Kapsalon uit de pan |
| 7 juni Vrijdag | gebakken aardappels sla en kip |
| | |
| 10 juni maandag | Aardappels bloemkool karbonade |
| 11 juni dinsdag | Pastasalade met pesto en krokante parmaham |
| 12 juni woensdag | Aardappels rode kool speklappen |
| 13 juni donderdag | Tortellini-spinazieschotel |
| 14 juni vrijdag | Nasi sate - saus kroepoek |
| | |
| 17 juni maandag | gebakken aardappels sla en schnitzel |
| 18 juni dinsdag | Chinees, kosten 7,50 ivm zingevingsfestival |
| 19 juni woensdag | Aardappels rode bieten en vlees |
| 20 juni donderdag | Spaghetti met linzen en bacon |
| 21 juni vrijdag | Pannenkoeken..... |
| | |
| 24 juni maandag | Aardappels broccoli en karbonade |
| 25 juni dinsdag | marcaroni |
| 26 juni woensdag | Aardappels doperwtjes en worteltjes |
| 27 juni donderdag | nacho-ovenshotel a la Gerda 1 |
| 28 juni vrijdag | aardappels wortelen pangasiusfilet |