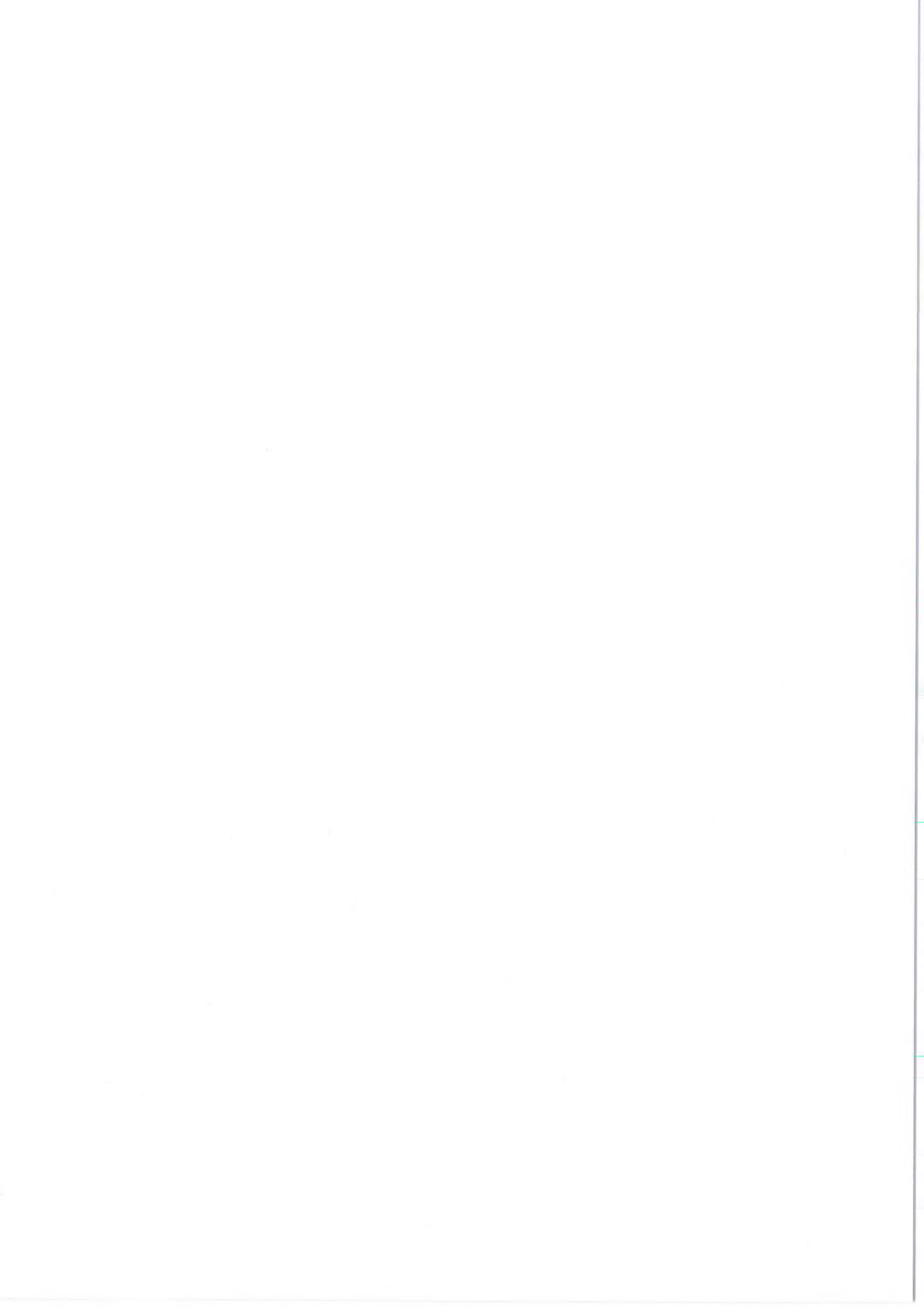


Winter 2019

# SAMENSPRAAK



....een blad voor en door bewoners, vrijwilligers en medewerkers



## Voorwoord Esther



En dan is het alweer december...

Donkere dagen die wij met elkaar graag willen omarmen met warmte en gezelligheid. Het huis wordt mooi versierd en buiten staan er weer mooie verlichte bomen. Voor u als onze bewoner in Bornholm en Eijkenhove en onze medewerkers en vrijwilligers is december een maand van samen zijn, verbinding, liefde en licht.

Om met elkaar en samen te zijn in deze tijd is er aan iedereen gedacht. Voor de medewerkers is er weer de Kerst-inn in de grote zaal. Een feest waar de laatste jaren enorm naar uitgekeken wordt heb ik gemerkt.

Voor de vrijwilligers is er een gezellig samenzijn georganiseerd om weer even met elkaar bij te praten en een leuke attentie te ontvangen.

Bewoners kunnen met hun gasten 18 december aansluiten bij een sfeervol kerstdiner in de grote zaal en zijn er op verschillende dagen diverse mooie optredens voor iedereen. Een mooi moment van samen zijn is ook de kerkdienst op 24 december in de grote zaal.

Lieve mensen 2019 ligt bijna achter ons, na mijn start in april heb ik Bornholm en Eijkenhove als zeer prettig ervaren, met mooie mensen, warm en hartelijk.

Dank en waardering voor alle betrokkenen in Bornholm en Eijkenhove voor jullie tomeloze inzet in 2019! In 2020 gaan we verder met elkaar bouwen aan verbetering van kwaliteit van zorg, samenwerking en cliëntgericht werken.

Ik wens u allen fijne kerstdagen en alle goeds in het nieuwe jaar!

Esther van Huissteden





## Van de redactie

Beste lezers,

Wat vliegt de tijd, het is alweer december en over een paar weken is 2019 voorbij en gaan we 2020 inluiden.

Wij hebben voor u een sfeervol decembernummer samengesteld, waarin u onder andere kunt lezen welke activiteiten er deze feestmaand worden georganiseerd in Bornholm & Eijkenhove. Ook weer leuke, interessante artikelen en verhalen, een kerstpuzzel, kerstgroeten van heel veel medewerkers en nog meer wetenswaardigheden.

De redactie wenst u gezellige feestdagen toe en een mooi 2020.





een kerstgroet van.....

Lieve bewoners en collega's  
van Bornholm,  
Wij wensen jullie allemaal hele  
fijne, liefdevolle en  
gezellige feestdagen toe!



Vrolijke groet,  
Team ergotherapie  
Zoya, Myrna, Margreet en Lisa



Het oude is versleten  
Het nieuwe staat al  
klaar,  
Wij wensen jullie  
allen,  
Een schitterend

Namens de  
OC: Eric, Hans,  
Frank,  
Jermaine en  
Jolanda

  
 TOP  
 liefde  
 WERKLUST  
 TOEKOMST  
 fun.  
 tolerantie  
 WARM KERSTFEEST  
 VRIJHEID gezondheid  
 SUCCESS KVALITEIT  
 VRIENDSCHAP COLLEGIALITEIT  
 SAMENWERKING warme schoonheid  
 BEREIDWILIGHEID kleur  
 PRETTIGE FEESTDAGEN GELUKKIG NIEUWJAAR

## Verkopen in de Grote Zaal van Bornholm

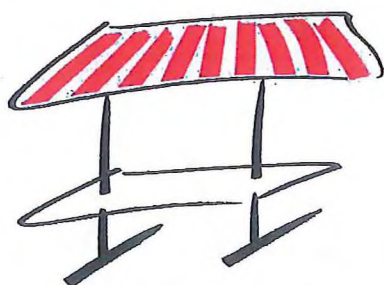
Een paar keer per jaar is er een Verkoop in Bornholm.



**Dames- en Heren Seniorenmode**  
Modeshows | Presentatie | Verkoop



Twee maal per jaar bezoekt H. & A. Mode ons huis. Dit bedrijf is gespecialiseerd in seniorenmode, meest dameskleding. Eén maal per jaar verzorgt dit bedrijf een modeshow waarbij veel interessants verteld wordt. H. & A. doet veel moeite om bestaande modellen zo aan te passen dat het ook als je gebruik maakt van een rolstoel mooi valt. Zij gebruiken bijzondere stoffen, verlengen een kledingstuk of maken het juist korter, etc. Op 10 december is H. & A. in huis van 10.00 tot 15.30 uur. Bewoners/cliënten en familieleden zijn van harte welkom. Er is de mogelijkheid dat familie /de financieel beheerder van een bewoner, tevoren een formulier invult met een maximaal te besteden bedrag zodat een bewoner iets nieuws kan kopen.



Op 10 december is ook Marique lingerie uitgenodigd, zij verkoopt alle soorten onderkleding en pyjama's, poncho's.

In 2020 zijn er twee verkopen gepland waarbij H. & A. Mode uitgenodigd is en Marique lingerie maar ook Hattuma schoenen en pantoffels. Helga Hattuma heeft een grote variatie in breed- en lengte maten van pantoffels en schoenen variërend per merk.

Deze verkopen zijn gepland in 2020 op

- Donderdag 5 maart
- Donderdag 1 oktober

Voor verdere informatie: Doetie de Roest, [dderoest@amstelring.nl](mailto:dderoest@amstelring.nl)



## Even voorstellen....

Mijn naam is Alfred Horstman. Ik ben 47 en woon samen met mijn partner en zoontje van 11 in Hoofddorp.



Na mijn WO studie Economie heb ik de afgelopen bijna 25 jaar met veel plezier als controller voor diverse overheidsinstellingen gewerkt. Op dit moment zit ik in een fase van mijn leven dat ik tijd nodig heb om mij te oriënteren op andere carrièremogelijkheden. Ik vind het daarbij erg belangrijk mij in dienst te blijven stellen voor de maatschappij. Daarom heb ik mij kort geleden aangemeld als vrijwilliger bij dit verpleeghuis. Mijn moeder heeft zeer lang in de zorg gewerkt en haar verhalen hebben mij altijd geïntegreerd. Mensen helpen vanachter een bureau naar direct contact is iets wat mij altijd heeft aangesproken.

In mijn vrije tijd wandel ik graag, ben dol op schaken wat ik ook in competitief verband heb gedaan en luister graag naar diverse genres muziek. Verder eet ik graag met familie/vrienden buiten de deur, bezoek musea en ga er regelmatig op stap met het mijn gezin

Ik hoop een flinke tijd in dit huis te mogen rondlopen. Vooralsnog ben ik twee dagen per week aanwezig voor allerlei hand- en spandiensten.

Tot in de wandelgangen!





## DECEMBERMAAND IN BORNHOLM

Deze feestmaand staan er natuurlijk veel activiteiten op het programma voor de bewoners en de tijdelijke cliënten van Bornholm. De “grote activiteiten” vindt u in dit overzicht, de andere activiteiten in het weekprogramma.

**Donderdag 12 december** Middag - Amstelring Kerstconcert door het Grootkoor en andere musici in het concertgebouw. Er is een beperkt aantal plaatsen voor bewoners. Informatie kunt u krijgen bij de activiteitenbegeleiding.

**Zaterdag 14 december** 10.00-15.30 uur Kerstmarkt met tal van kramen, drankjes en hapjes, live muziek en natuurlijk een loterij met prachtige prijzen!.....



Komt u ook? De opbrengst gaat naar extra activiteiten voor bewoners.

Er is gratis koffie/thee met gebak bij de Toko voor bewoners. Zij kunnen deze dag bij de Toko met de servicepas een klein bedrag aan cash geld opnemen om te besteden bij de marktkramen.

**Woensdag 18 december** Kerstdiners in de Grote Zaal  
- vooraf inschrijven, zie nadere informatie

**Vrijdag 20 december** 10.30 uur Bezoek leerlingen van het Herbert Vissers College uit Nieuw-Vennep aan de bewoners op alle afdelingen en de Dagbesteding (kerstliederen, ontmoeting)





**Vrijdag 20 december**  
door Opera Familia

14.00 uur Kerstshow



**Maandag 23 december**

14.00 uur Optreden Pijnackers  
kamerorkest

**Dinsdag 24 december**

15.00 uur Oecumenische kerstviering met  
Interkerkelijk koor Aalsmeer

**Woensdag 25 december**

in de vroege ochtend: koor Zang en  
Vriendschap zingt kerstliederen op de  
afdelingen

**Maandag 30 december**

vanaf 10.30 Oliebollenparty met muziek  
en zang van Duo Bries

## **JANUARI 2020**

**Woensdag 1 januari**

vanaf 14.00 uur Nieuwjaarsreceptie in de  
Grote Zaal en Hal



## Decembermaand in Eijkenhove



De decembermaand is altijd een drukke maand en ook dit jaar staat de agenda weer bomvol met activiteiten rondom de feestdagen.

We zetten de activiteiten voor u op een rijtje:

Datum en tijdstip	Activiteit	Waar
maandag 9 december 11.00 tot 15.00 uur	uitstapje Global Garden	4 bewoners Vogelhof
maandag 9 december 14.00 tot 14.30 uur 14.45 tot 15.15 uur	optreden Willeke Zingt	1e optreden Vlinderhof 2e optreden Molenhof
donderdag 12 december 14.00 tot 15.30 uur	Amstelring Kerstconcert	Concertgebouw te Amsterdam
zaterdag 14 december 10.00 tot 15.30 uur	Kerstmarkt Bornholm	Grote Zaal en hal Bornholm
maandagochtend 16 december 11.00 uur	Bijbel Zanggroep met geestelijk verzorger Joost	overdrachtsruimte
maandagmiddag 16 december aanvang 14.00 uur	kerststukjes maken	activiteitenruimte
dinsdag 17 december 15.30 tot 17.30 uur	kerstborrel voor vrijwilligers	Grote Zaal Bornholm
woensdag 18 december 12.00 tot 13.30 uur	kerstlunch voor medewerkers	overdrachtsruimte Eijkenhove
donderdagmiddag 19 december 16.00 tot 17.00 uur	op de foto bij de kerstboom	hal Eijkenhove

donderdag 19 december 17.00 tot 19.00 uur	kerstdiner voor bewoner en introducee	woonkamer van bewoner
vrijdagochtend 20 december vanaf 10.30 uur	scholieren HVC zingen kerstliederen	alle woonkamers
vrijdagmiddag 20 december	optreden La Familia Christmas Classic	Grote Zaal Bornholm
zaterdagmiddag 21 december 14.00 tot 14.30 uur 14.45 tot 15.15 uur	piano en dwarsfluit kerstliederen Edwin en Linda Lucassen	1e optreden Vlinderhof 2e optreden Molenhof
zondag 22 december 10.30 uur	kerkdienst	Grote Zaal Bornholm
maandag 23 december 11.00 tot 15.00 uur	uitstapje kerstshow Global Garden	4 bewoners Molenhof
dinsdag 24 december aanvang 15.00 uur	Oecumenische Kerstviering met Interkerkelijk Koor Aalsmeer	Grote Zaal Bornholm
woensdag 25 december vanaf 8.00 uur	Koor Zang en Vriendschap	koor loopt door geheel Eijkenhove
maandag 30 december vanaf 10.30 uur	Oliebollenparty	Bornholm
woensdag 1 januari 13.30 uur	Nieuwjaarsreceptie	Bornholm





Wist u dat.....

- we weer een aantal busritjes naar diverse kerstmarkten hebben gemaakt. De bewoners keken hun ogen uit.



- Marianna en Elise en Monique (niet op de foto) van het Medisch Secretariaat heel sportief zijn en dat graag willen blijven. Ze leggen nu dagelijks op het werk heel wat kilometers af op de fiets achter de computer.



- Wij via de stichting vrienden van 2 tuinsets voor laagbouw 1 hebben mogen aanschaffen, maar ook kerstversiering voor laagbouw 2 en laagbouw 3, en 2 daisyspelers t.b.v. luisterboeken. Voor 2020 worden een aantal huiskamerconcerten gesponsord door de stichting vrienden van, maar ook een beautyverwennerij (barbier en manicure) en voor volgend jaar 6 keer een bezoek van leuke dieren aan ons zorgcentrum. Wij willen de stichting vrienden van hiervoor hartelijk bedanken.
- Een aantal weken geleden organist Jan Terlouw (77) een koninklijke onderscheiding heeft ontvangen vanwege zijn grote verdiensten voor mens en samenleving. Naast zijn arbeidzaam

leven als gerberakweker, zijn vele vrijwilligerswerk is de heer Terlouw al ruim vijftien jaar organist van de Bijbezlanggroep van woonzorgcentrum Bornholm waar hij de muzikale omlijsting verzorgt van de wekelijkse bijeenkomsten op de PG-afdeling.

De redactie van samenspraak feliciteert de heer Terlouw van harte met deze eervolle onderscheiding. De heer Terlouw is voor ons van onschatbare waarde.





## Druivensap maken

Het weer van afgelopen zomer was weer goed voor een flinke oogst druiven van de struik in de binnentuin. De druiven smaakten weer bijzonder zoet dit jaar!

De druiven zijn wel klein en hebben pitjes, waardoor ze niet makkelijk te eten zijn voor iedereen.

Vrijwilliger Arie kwam ons te hulp en samen hebben wij er in oktober druivensap van gemaakt.



Het was een leuke en gezellige activiteit in het Trefpunt met bewoners en cliënten van de Hoogbouw.

Arie vertelde over de bereidingswijze en ondertussen krijgen wij tips van de bewoners.



Zo vertelde een Mw; “bovenop het sap of jam moet je een laagje salicyl doen”. Dit zorgt ervoor dat er géén schimmel ontstaat op de jam of sap! En wanneer de jam te dun blijft met geleisuiker kan je er pectine bij doen, dit geeft een stevige jam.

Nu haalden wij het sap uit de vrucht door middel van een stoompan.



Vroeger vertelde een Mw; “gebruikten wij een schone doek waar wij de vruchten in kookten en met het wringen van de doek, knijp je het sap eruit”. “Dan krijg je wel vieze handen, zei een meneer als je bramen gebruikt.” “Ach met een scheutje bleek zijn je handen zo weer schoon!”zei Mw.



Wij hebben er nu geconcentreerde sap van gemaakt die je nog kan aanlengen met water. Het eerste sap werd gekeurd door de bewoners en viel helemaal in de smaak. De flesjes werden gevuld en meegenomen naar de afdelingen, zodat iedereen ervan heeft kunnen genieten. En Arie, onze vrijwilliger nogmaals bedankt voor deze leuke activiteit!

Marian Smit



## 45 jaar Jeanne de Waart



1 december was ik 45 jaar in dienst van Amstelring, 23 jaar op hoogbouw 4 en 22 jaar op laagbouw 1. Als je het snel zegt (of in dit geval schrijft ) klinkt het niet zo lang.

Ik kwam als jong meisje in 1974 naar Hoofddorp om samen met mijn vriendin de opleiding voor “Ziekenverzorgende” ( zo heette de opleiding vroeger) te gaan volgen, en zie 45 jaar later werk ik hier nog. Je zou kunnen denken, die houdt niet van veranderingen, ik woon al 37 jaar in hetzelfde huis, ben al 40 jaar gelukkig getrouwd met Martin. En werk dus al 45 jaar in Bornholm.

Maar geloof me, het is wel degelijk een uitdaging om dat vol te houden, zelf denk ik dat er een aantal zaken zijn die mij geholpen hebben; allereerst de liefde voor het vak, het leven van kwetsbare ouderen te mogen ondersteunen en wat kleur te geven aan de kwaliteit van het leven.

Ik heb veel veranderingen meegemaakt , een flink aantal verbouwingen en vooral veel veranderingen in de zorg zelf.

Ik denk nog wel eens terug aan de tijd dat “Hiërarchie” hoogtij vierde.

Trillend kloppen op de deur van de hoofdzuster als je een vraag had, iedere afdeling had 3 leidinggevenden; een hoofdzuster, een subhoofd en een derde, vraag mij niet wat een “derde” inhield?

We rookten nog op de afdeling, echt hoor, gewoon aan tafel , samen met de cliënten. Iedere dag 30 bedden verschoneren, nee niet zo makkelijk als nu, maar met een onderlaken, een zeiltje, een steeklaken, een bovenlaken en dekens.





En de dekens werden 1x in de week op het balkon uitgeklopt, er ging een spatel op, zodat de juiste deken op het juiste bed terug kwam. Voor diegene die daar nog een leuke anekdote over wil horen, verwijst ik je naar Edith Oostwouder (revalidatie).

En weet je nog Dia Tabbers, ook jij werkte op hoogbouw 4 in de keuken, perste iedere dag verse jus d'orange voor 30 cliënten. Het was ook in die tijd dat alle cliënten een week op vakantie gingen naar het Roosevelthuis in Doorn, een enkeling die echt niet mee kon bleef goed verzorgd achter.

We hadden nog een eigen keuken waar gekookt werd, en de boodschappen, die deed je in ons eigen magazijn.

Dat blijven mooie herinneringen. Ik kan boeken schrijven wat ik allemaal meegemaakt heb, ga ik niet doen.

Waarom dit stukje, nou niet omdat ik met pensioen ga, maar omdat ik stop met de directe zorg aan bed.

Ik ga met wat pijn in mijn hart laagbouw 1 verlaten, heb mooie jaren gehad met een fijn team, een team die elkaar steunt en voor elkaar klaar staat, veel gelachen, maar ook gehuild.

Per 1 februari ga ik begeleiding geven aan de leerlingen die de opleiding niveau 2 gaan doen.

Ik heb daar enorm veel zin in en ga deze uitdaging aan, want hoe mooi is het om mijn expertise over te dragen aan een nieuwe generatie. En zo mijn loopbaan af te sluiten.

Het is een prachtige kans die mij aangeboden wordt.

Jeanne de Waart

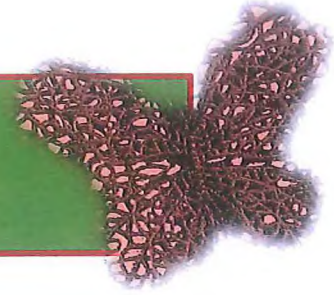


Bezigheidstherapie ruimte



Midden in het boerenveld

## Papillon trakteert!!



*Op maandagmorgen 16 december rond half 11 komen wij - PAPILLON - heerlijke oliebolletjes en ouderwetse appelvellen brengen op de verpleegafdelingen. Noem het een voorproefje op oudejaarsdag. Ook aan het personeel is gedacht.*

*Voor onze andere disciplines en bezoekers liggen de oliebolletjes op een schaal bij de receptie.*

*Wij zeggen: smikkelen dan maar!  
Dit alles is mogelijk gemaakt met onze opbrengst.*

*Namens alle vrijwilligers van Papillon,  
Annelies en Christine, laagbouw 1*



een kerstgroet van.....



**"Vrijwilligerswerk, plezier voor twee!"**

**Dat is het motto voor het nieuwe jaar!**

**Fijn voor bewoners/cliënten  
en voor de vrijwilliger zelf!**

**Vrijwilligerswerk Bornholm/Eijkenhove**

**Wij wensen jullie een fijne kerst en  
een spetterend nieuw jaar.  
Veel geluk in grote en kleine dingen  
maar bovenal gelukkig met elkaar.**



**De facilitaire dienst wenst u  
fijne feestdagen en een  
gezellige jaarwisseling.**

**Ronnie en Dia  
Secretariaat zorg en ondersteuning**



## Onze stal is gevuld

Geheel passend bij de kerstgedachte is ook de stal van Bornholm/Eijkenhove weer gevuld, en wel met drie prachtige schapen. Zij komen niet uit het Oosten maar uit Vijfhuizen, maar we zijn er toch blij mee. Vrijwilliger Arie heeft wekenlang met een speciale 'stekeltrekker' de stekels uit het gras getrokken en nu is het gras weer zo ver gegroeid dat er voldoende voer voor de schapen is. Vrijwilligers Arie, Ton en Cas zorgen met elkaar voor de beestjes, als een soort herders. Hopelijk is er dan in het voorjaar ook weer nieuw leven te bewonderen.



## Alzheimer poem / Zielerorselen van mijn demente geliefde

Gedicht vertaald door echtgenoot van cliënt.  
Mw. heeft gewoond op LB1, is overgeplaatst  
naar Het Hoge Heem, Uithoorn

Vraag niet of ik me herinner  
Vraag niet of ik iets begrijp  
Geef me rust door er te zijn voor mij  
Geef me een kus en houd mijn hand vast  
Ben zo in de war dat kun je niet begrijpen  
Ben zo verdrietig en voel me ziek en verloren  
Weet alleen dat je altijd bij me moet zijn  
Weet alleen dat je me nooit mag verlaten  
Je mag nooit je geduld verliezen met mij  
Je mag nooit schelden als ik verschrikkelijk ben  
Ik wil me niet zo gedragen maar het lukt niet  
Ik wil wel anders maar tevergeefs  
Ik heb het beste van mezelf zoekgemaakt  
Ik heb je nodig onthoud dat goed  
Lieverd, alsjeblijft laat me niet in de steek  
Lieverd, bemin me tot mijn laatste snik.

Do not ask me to remember  
Do not try to make me understand  
Let me rest and know you're with me  
Kiss my cheek and hold my hand  
I'm confused beyond your concept  
I am sad and sick and lost  
All I know is that I need you to be with me at all cost  
Do not lose your patience with me  
Do not scold or curse my cry  
I can't help the way I'm acting  
Can't be different though I try  
Just remember that I need you  
That the best of me is gone  
Please don't fail to stand beside me  
Love me till my life is done.





## Oproep vogelkastjes

Beste lezers,

Toen wij van de woensdagochtend hobbygroep aan het brainstormen waren over leuke ontwerpen/projecten van hout ontsproot het idee voor een vogelproject.

Zowel met het klimaat, het milieu, als de natuur gaat het de verkeerde kant op! Het klimaat is voor onze groep te groot om aan te pakken. Het milieu is de verantwoordelijkheid van elk individu. Maar de natuur valt op Bornholm-schaalgrootte nog flink te verbeteren.

Bornholm is omringd door relatief veel natuur. Met name diverse soorten bomen.

Nu leek het ons leuk en haalbaar om vooral de vogels rondom Bornholm met extra middelen, zoals extra nestkasten, voederplekken en natuurlijk voer een stimulans te geven.



Wij willen dan ook via “samenspraak” een oproep doen voor het doneren van nestkasten(oud of nieuw), voederhuisjes en vogelwintervoer. Suggesties zijn altijd welkom.

Naast dit vogelproject is er nog veel meer mogelijk. Zoals bloemenweiden aanleggen en insectenhotels plaatsen.

Ons doel is om de bewoners zoveel mogelijk te gaan betrekken bij het plaatsen van de nestkasten, voederhuisjes en het regelmatig voeren van de vogels.

Het rijgen van pelpinda's is natuurlijk ook een mogelijkheid.

Een prettige bijkomstigheid hierbij is dat een eventuele invasie van de eikenprocessierups afgeremd of voorkomen kan worden door de dichte populatie van de vogels. Met name koolmezen, pimpelmezen en boomkruipers eten veel rupsen.

Alle vormen van donaties kunnen bij de receptie afgegeven worden.

Hulp bij het plaatsen van nestkasten en voederhuisjes is ook welkom.

Vast heel hartelijk dank voor uw medewerking.

De vrijwilligers van de woensdagochtend hobbygroep



PS: dit voederhotel is gemaakt door mevrouw van Duuren en hangt op het balkon van hoogbouw 2. Er is al flink gesnoept door een aantal vogels.



## Lampjes kapot!

Een aantal jaar geleden stond ik mopperend voor de opslag kast van mijn huis. De kerstlampjes voor in de boom waren stuk! Althans, er was één kapot lampje, ergens halverwege de elektriciteitsdraad, in scherven uit elkaar gevallen. En alle andere lampjes die daarna kwamen gaven daardoor geen licht meer.

Op internet vond ik al snel de uitleg. Het had met geleiding van de stroom te maken. De uitleg vond ik maar ingewikkeld. Iets met een veertje in het lampje wat het probleem zou verhelpen. Of een ander element aanbrengen aan het snoer... Het duizelde mij een beetje, zal u eerlijk bekennen. Ik ben niet zo technisch ingesteld. Dus ik ben toch maar een nieuw snoer gaan kopen bij de intratuin.

Ik sprak pas weer met een mevrouw over dat kapotte snoer, toen we het hadden over de betekenis van kerst. Natuurlijk gaat het dan over lekker eten, zingen, gezelligheid. Maar deze mevrouw verwoordde ook op een hele mooie manier een diepere betekenis van kerst. Ze zei: Kerst is een feest van licht en het doorgeven van dat licht. En daardoor dacht ik dus weer aan mijn kapotte snoer.

Soms ben je zelf ook als dat lampje dat stuk is, dat het even niet meer doet. En dan lukt het ook niet om licht door te geven. In tegenstelling tot mijn lichtsnoer, is het dan wel de moeite waard om te kijken hoe je jouw lichtje weer kan maken, concludeerde mijn gesprekspartner en ik met elkaar. Maar dat kan net als de instructies die ik op internet voor het lichtsnoer vond, een ingewikkeld karwei zijn. En omdat het zo ingewikkeld is, kan je daardoor ontmoedigd raken.

Misschien is er wel een ander lichtje aan te steken, zei de mevrouw toen opeens. Een kaarsje bijvoorbeeld. Kaarsjes hebben het probleem



niet van geleiding, en veertjes of een voltage-element. Een kaarsje is een simpel lichtje, het staat niet met duizenden andere lichtjes in verbinding. Maar daar waar het brand, geeft het toch ook licht door. Het mag ook ander of een een kleiner lichtje zijn. Zelf vond ik dat een mooie vondst van die mevrouw.

Mede namens haar wens ik u allemaal van harte licht toe. Licht om te verlichten en licht om door te geven! En wanneer het soms moeilijk lijkt om het licht in uzelf te vinden, denk dan maar aan dat kaarsje. Een ander of kleiner lichtje, dan mag ook!

Een warme kerstgroet,  
Joost de Wolf - Geestelijk Verzorger van Bornholm en Eijkenhove





## Even voorstellen.....

Helemaal vers, afgelopen dagen al veel handen geschud en nog bezig met kennismaken. Ilse Hendriks is mijn naam en 15 november was mijn eerste werkdag als teamcoach bij Amstelring op Bornholm en Eijkenhove.

Het is voor mij een kennismaking met de ouderenzorg. Afgelopen negen jaar heb ik in de verstandelijke gehandicaptenzorg gewerkt in verschillende functies waaronder projectmanager en human resource manager/coach. Daar heb ik meegeholpen in de ontwikkeling van zelforganisatie en het stimuleren van eigen verantwoordelijkheid en eigenaarschap nemen van medewerkers en teams.

In Den Haag geboren, maar ik woon al sinds 1980 in Amsterdam. Elke zondagochtend ben ik roeiend op de Amstel te vinden in een 4-persoons boot. En zomers veel op de volkstuin waar ik divers fruit, bloemen en wat groente kweek.

De eerste 2 weken dat ik hier nu op Bornholm en Eijkenhove werk ervaar ik als positief; ik word heel hartelijk welkom geheten en ben al met de eerste coachvraag van een team bezig. Ik heb er zin in!

Met hartelijke groet,  
Ilse Hendriks



Bedankt!!



Ook in 2019 hebben bewoners van Eijkenhove en Bornholm weer mogen genieten van de vele uitstapjes die we door de Amstelring bus kunnen maken.

Het afgelopen jaar bezochten we de kaas/klompenboerderij, pannenkoekenrestaurants, het strand met een rit op de Strandrups, tuinentra, Artis, kinderboerderij De Boerenzwaluw, Avifauna, Keukenhof, het Nederlands Transport Museum, de bioscoop voor de film van André Rieu, de Seniorenmiddag in Aalsmeer, enzovoorts enzovoorts.....

De Amstelring bus is eigendom van de Stichting Vrienden van Amstelring en dat betekent dat ik de bestuursleden van de Stichting Vrienden graag even in het zonnetje wil zetten.

Want deze bestuursleden werken op de "achtergrond" maar zijn onmisbaar!

Zij zorgen niet alleen voor de bus maar ook voor de toegang naar parken als Keukenhof, Avifauna en Artis zodat onze bewoners hiervan kunnen genieten.

Uiteraard doet de Stichting Vrienden van Amstelring dit alles van het geld dat u gedoneerd heeft. Dus het bedankje is ook aan u gericht! Bent u nog geen donateur? Misschien een van uw goede voornemens voor 2020?

We zien u graag als donateur tegemoet!

Gerda Hein, Eijkenhove

The word 'bedankt' is written in a bold, stylized font. The letters are dark purple with a white outline. The word is flanked by two purple flowers with five petals each and a white center. The flowers are positioned at the top left and top right of the word.



## Herdenkingsbijeenkomsten november

Op maandag 11 november jl. werd de halfjaarlijkse herdenkingsbijeenkomst voor de hoogbouw georganiseerd. Op 14 november herdachten we ook de mensen die het afgelopen halfjaar op de laagbouw en het afgelopen jaar in Eijkenhove zijn overleden. Tijdens de bijeenkomst op 11 november maakten de aanwezigen gezamenlijk dit schilderij, door middel van een techniek die pouring heet. Iedereen giet een kleur verf uit in een beker, waarna die beker weer uitgegoten wordt op een doek. Van te voren weet je nooit hoe het werk er precies uit komt te zien, net als we niet van te voren weten hoe onze levens zullen verlopen. Maar in ieders leven is er, wanneer we terugkijken, altijd wel weer een spannende dynamiek te zien, een bijzondere vorm, of een uniek samenspel van kleuren. Zo herinneren we ook de unieke levens van hen die in de afgelopen periode overleden zijn.



## Kerstmis vroeger bij ons thuis....



Kerstmis vroeger bij ons thuis  
mijn hart vol weemoed en verlangen  
met z'n allen kort bij 't fornuis  
de kerstboom helemaal vol gehangen.

Liedjes klonken als een engelenkoor  
het stalletje heel zacht verlicht  
en tussen de dennentakjes door  
kwamen de drie koningen al in zicht.

Kerstmis gaf je toch een speciaal gevoel  
vandaag kun je dat niet zo intens beleven  
veel mensen weten wel wat ik bedoel  
de toekomst zal nu eenmaal anders leven.

Het vieren van kerst, zo zijn mijn gedachten,  
moet altijd blijven, in elk gezin,  
dit zal het harde in het leven verzachten  
dan krijgt men er weer vertrouwen in.

Laat daarom nu gerust een kaarsje branden,  
voor ieder mens een goede reden,  
wat geldt voor hier en in alle landen:  
Kerstmis, dat is echt een feest van VREDE.



## Joyce geslaagd master Geriatrie Fysiotherapie



Na 3 jaar lang studeren heeft Joyce haar diploma op mogen halen.

Wat houdt Geriatrie fysiotherapie in?

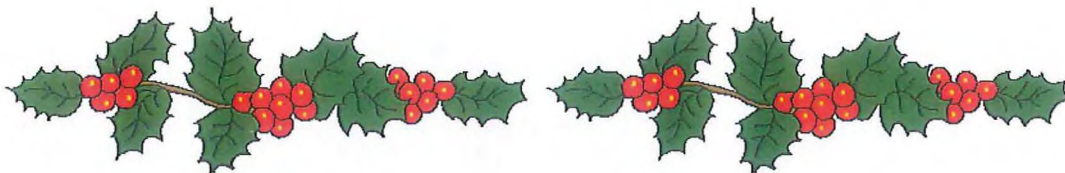
Een geriatrie fysiotherapeut kan écht iets betekenen voor ouderen. Er is veel meer te doen dan 'wandelen'. Heeft u zich ooit gerealiseerd dat na een week in bed door een simpele griep de spierkracht gemiddeld 15% is afgenomen? Het zorgt voor verhoogde valkans en heeft verminderde zelfstandigheid tot gevolg. Deskundige evaluatie van spierzwakte 'een normaal verouderingsproces' is een speerpunt in de begeleiding van elke oudere. Te meer omdat er voldoende bewijs is

voor effectieve interventies om de spierkracht te verhogen en daarmee de zelfredzaamheid. Maar vergeet ook de preventie niet. Veel ouderen willen "goed" oud worden en vragen daarbij advies. Dat vraagt de specifieke kennis over het ouder wordende lichaam.

Het is een misvatting om te denken dat het behandelen van oude mensen hetzelfde is als het behandelen van een vijftiger waar men enkele jaren bij optelt. Veroudering betekent biologische verandering met gevolgen voor reservecapaciteit, herstelprocessen en fysiologie. Daarnaast is er bij de helft van de 75-plussers sprake van multimorbiditeit (meerdere aandoeningen). Ten slotte spelen de geriatrische syndromen die specifiek op hoge leeftijd voorkomen, zoals spierzwakte, frailty, osteoporose, dementie en valproblematiek. Dit drieluik schetst het complexe profiel van de patiëntenpopulatie van de geriatriefysiotherapeut en illustreert de complexiteit van de klinische besluitvorming.

Wij feliciteren Joyce van harte met dit prachtige diploma.





# Kerstmarkt in Bornholm

Zaterdag 14 december

10.00-15.30 uur

Gezellige kerstmarkt

met kramen vol

sfeervolle

kerstcadeautjes,

kerststukjes, een

spannende loterij,

heerlijke glühwein, hapjes en live muziek,

een prachtige traditie.



*Komt u ook? U bent van harte welkom!*





## Optreden Jolanda van den Berghe

Op 26 november jl. bracht Jolanda van den Berghe een gezellig programma in de huiskamers van Bornholm. Bewoners genoten erg van haar liedjes en cabaret. Dit optreden werd gesposord door Rotary Haarlemmermeer Schiphol. Onze dank daarvoor.







Namens het team van Eijkenhove wensen  
wij alle bewoners, hun familieleden en  
vrijwilligers gezellige feestdagen en een  
goed 2020 !!



## Een terugblik... op het 25-jarige jubileum Dineke



Wat een mooi feestje was het woensdag 9 oktober t.g.v. mijn 25 jarig jubileum!

Ben super verwend met kaarten van vrijwilligers, familie en collega's, lieve woorden van Marian, sketches ( wat een talent

die Barbara met spreekpop ) kado's, bloemen, liedjes van Arne en Barbara, de Praethuys Muziekgroep en muziek van David.

Dank jullie wel lieve collega's voor de bon van firma de Haas, waar ik een prachtig mooi horloge van heb gekocht.



Tot mijn grote verrassing kreeg ik van mijn



collega Dieuwke een geweldig fotoboek waar alle foto's en liedjes in opgenomen zijn. Een heel mooi document om vaak nog eens even in te bladeren.

Top dank jullie wel allemaal!  
Dineke

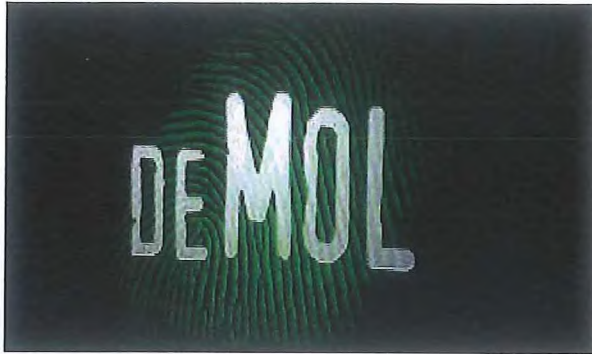


MERRY XMAS  
HAPPY NEW YEAR

WIJ WENSEN JULLIE  
AL HET BESTE  
OM HET NIEUWE JAAR  
GOED TE BEGINNEN  
EEN GOEDE GEZONDHEID  
VEEL LIEFDE EN GELUK  
DAN KAN HET NIEUWE JAAR  
OOK VOOR JULLIE NIET MEER STUK

*fijne feestdagen!*

*Collega's Laagbouw 3*



## Wie is De Mol 2020

Traditiegetrouw gaat WIDM van start op de eerste zaterdag van het nieuwe jaar.

Er gaan weer negen kandidaten op jacht naar één mol en via de WIDM-app kunnen wij meegaan op onderzoek!

Voor Bornholm wordt er een poule aangemaakt via de app. **Doe je mee???** Meld je dan aan met je gebruikersnaam bij Joyce en/of Margreet

[ivnoorloos@amstelring.nl](mailto:ivnoorloos@amstelring.nl)  
[mgeerlings@amstelring.nl](mailto:mgeerlings@amstelring.nl)

### Hoe werkt het meespelen via de app?

#### DE APP DOWNLOADEN

Allereerst is het natuurlijk belangrijk dat jij de app op je smartphone hebt staan. De app is beschikbaar in de App Store en in de Play Store.

#### EEN ACCOUNT AANMAKEN

Zodra de app op je smartphone is geïnstalleerd kun je een account aanmaken. Let op: je dient dit jaar een **nieuw** account aan te maken! Alle accounts van voorgaande jaren zijn niet meer geldig. Als je een account hebt aangemaakt, mail dan de gebruikersnaam aan ons.



#### NU BEGINT HET ECHE WERK!

Nu kunnen we onze punten in gaan zetten. Om te starten krijg je 100 punten. Deze punten kun je op één of meerdere kandidaten inzetten. Net wat jij fijn vindt. En na iedere aflevering heb je een week, tot de volgende aflevering, om weer je punten in te zetten.

Wanneer jouw punten na elke aflevering verdubbeld zijn, weet je dat je op de goede weg zit. Jouw verdachte(n) zit(ten) nog in het spel. Wanneer de kandidaten waarop jij ingezet hebt het spel niet verlaten, worden jouw punten verdubbeld. Zet jij (een aantal) punten in op een kandidaat dit het spel verlaat? Dan ben je deze punten helaas kwijt.

#### NIEUW: DE MOLBONUS

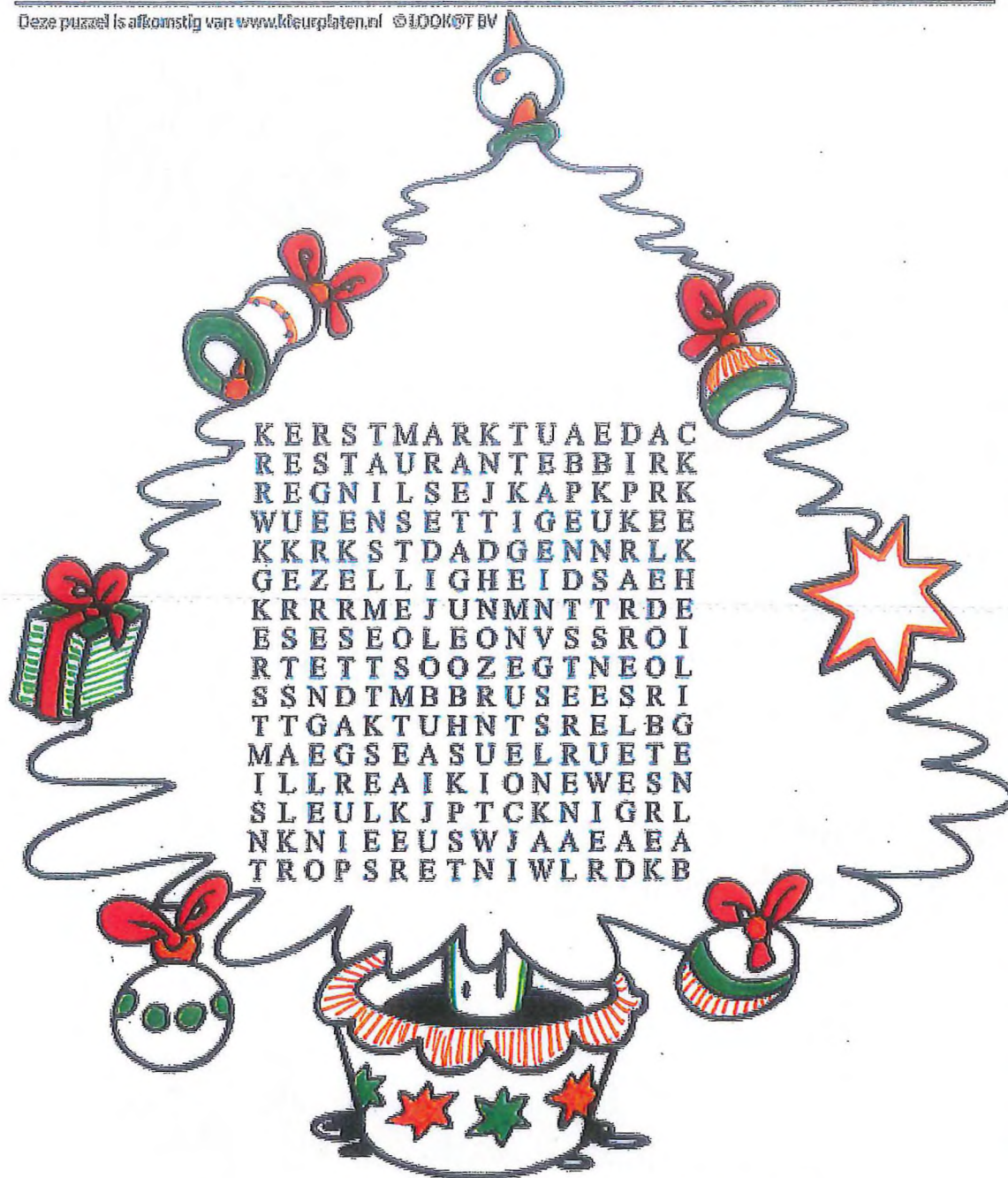
Sinds vorig seizoen bestaat er ook de **Molbonus**. Na de finale worden alle punten die jij in de verschillende spelrondes hebt ingezet op de juiste Mol verdubbeld! De speler met de hoogste eindscore is de winnaar!

Binnen de poule kun je zien hoeveel punten iedere deelnemer uit de poule heeft, maar ook op wie je medespelers de punten inzetten. Diegene met de meeste punten na de laatste aflevering is de winnaar van de poule!



## Kerst Woordzoeker

Deze puzzel is afkomstig van [www.kleurplaten.nl](http://www.kleurplaten.nl) ©LOOK@T BV



ARRESLEE  
BAL  
CADEAU  
DEN  
DENNENBOOM  
ENGELN  
GEZELLIGHEID  
HEILIGEN  
HULST  
JEZUS

KERSTBOOM  
KERSTBROOD  
KERSTDAG  
KERSTMARKT  
KERSTMIS  
KERSTMUSICAL  
KERSTAL  
KERSTSTUKJE  
KERSTVERHAAL  
KRIBBE

KUNSTSNEEUW  
PAKJES  
PIEK  
RESTAURANT  
SLINGER  
SNEEUW  
STAL  
STERREN  
STOL  
WINTERSPORT



*Voor het nieuwe jaar wensen wij u:  
Tijd om van de kleine dingen te genieten  
Rust om stil te staan bij de mooie momenten  
Sterkte om om te gaan met verliezen  
Vriendschap om uw hart te verwarmen  
Humor om het leven in te kleuren  
Een glimlach om elke dag mee te beginnen  
Fijne feestdagen en alle goeds voor 2020!*

*Loes van Berkel en Janine Warmerdam  
Maatschappelijk werkers*



## **WEGWIJS IN BORNHOLM & EIJKENHOVE**

### **Receptie Bornholm/Eijkenhove**

Tel.nr.: 023- 55 49 719, intern: 4999

### **Secretariaat Bornholm/Eijkenhove**

Tel: 023 -55 49 715

### **Kapsalon Plein**

Dinsdag & vrijdag 9:00-14:00 u

### **Kapsalon Dorpstraat Laagbouw**

Donderdag 9:00 - 14:00 u

### **Toko Plein**

Maan- t/m vrijdag 10:00-12:00 u

14:00-16:30 u

Zaterdag en zondag 14:00-17:00 u

### **Pedicure**

Afspraken via de afdelingen

### **Tandarts & assistente**

Afspraak via de afdelingen

### **Opticien en notaris**

informatie bij receptie of afdeling

### **Cliëntenraad Bornholm/Eijkenhove**

**voorzitter: Paul Ruygrok**

[cliëntenraadbornholm@amstelring.nl](mailto:cliëntenraadbornholm@amstelring.nl)

### **Cliëntvertrouwenspersoon**

**Ingeborg van de Poll**

[i.vandepoll@hetlsr.nl](mailto:i.vandepoll@hetlsr.nl)

06-33687278 (bereikbaar op di, do en vrij)

### **Vertrouwenspersoon Medewerker**

**Robert Berkhout**

[robert@activehealthgroup.nl](mailto:robert@activehealthgroup.nl)

06-18860149

### **OC Bornholm**

[oc-bornholm@amstelring.nl](mailto:oc-bornholm@amstelring.nl)



## Kerstfeest

*Geklingel van een kleine bel*

*Geschitter van een ster*

*Het glanzen van een mooie bal*

*Kerst is niet meer zo ver*

*De zachte klanken van een lied*

*De geur van lekker eten*

*Het wordt vast zo'n mooie kerst*

*Die je nooit zal vergeten*

