

# SAMENSPRAAK

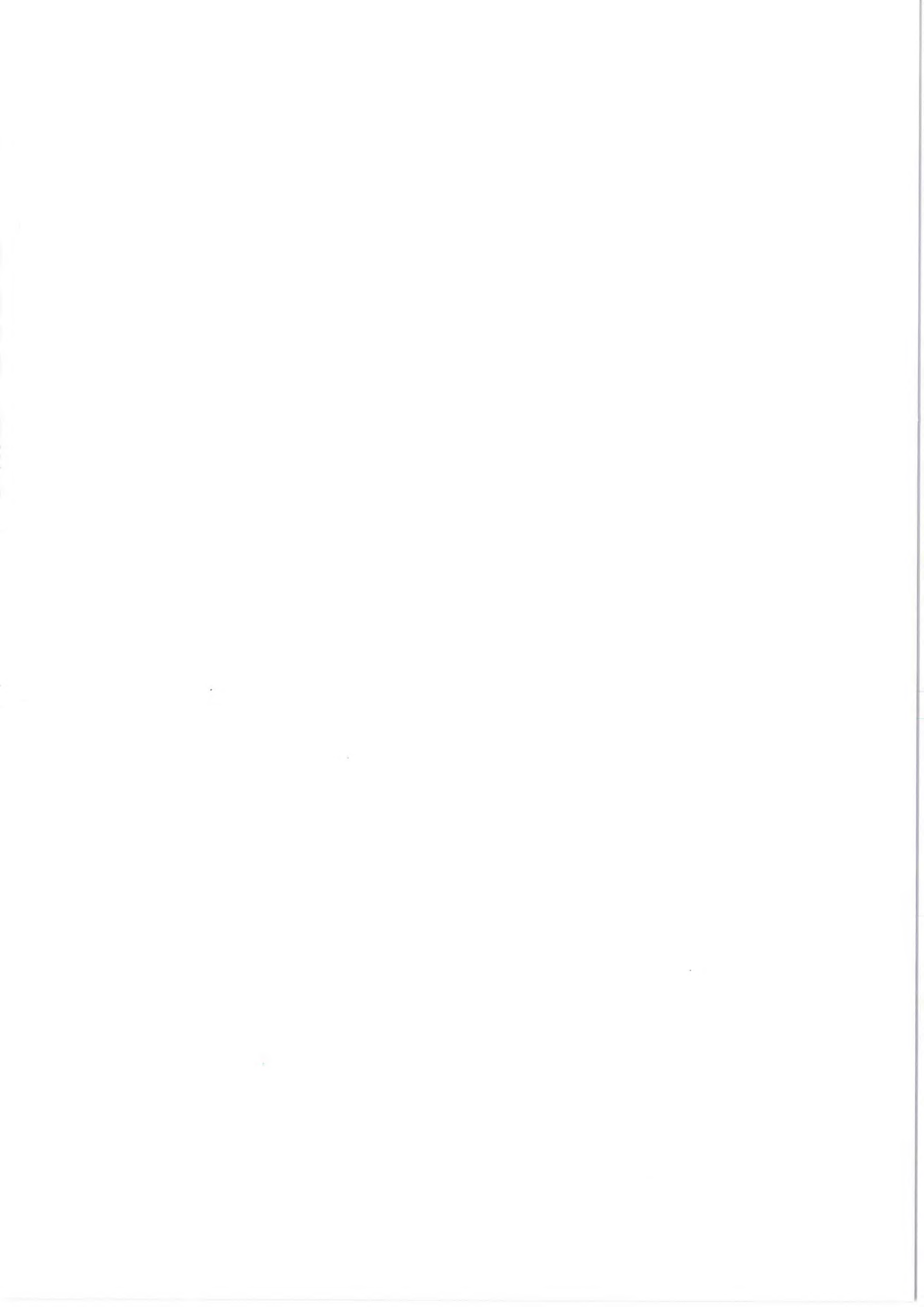


 **Amstelring  
Bornholm**

 **Eijkenhove**



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





## Van de redactie

*Beste lezers,*

*Voor u ligt het zomernummer van Samenspraak. Dit keer ook weer een gevarieerd nummer.*

*Esther van Huissteden, de nieuwe locatiemanager, stelt zich aan u voor. Tevens hebben wij afscheid genomen van Clara, coördinator van de vrijwilligers, hier blikken we nog even op terug. Haar opvolgster, Doetie de Roest, stelt zich aan u voor en ook twee nieuwe collega's die alweer even in dienst zijn vertellen u wat meer over hun functie en ervaringen.*

*We hebben de feestdagen (Hemelvaart en Pinksteren) weer achter de rug en gaan ons opmaken voor de zomerperiode.*

*Tijdens deze periode wordt voor de bewoners een aantal leuke zomerse activiteiten georganiseerd. Verderop in Samenspraak leest u er zeker over. Wat ook de moeite waard is om te lezen is een verhaal over een bijzondere familie.*

*De redactie wenst u een heerlijke zomerperiode!*





## Voorwoord Esther van Huissteden

Mijn eerste voorwoord in het blad Samenspraak, inmiddels is het toch alweer twee maanden geleden dat ik het heb overgenomen van Coja Jansen en gestart ben als nieuwe RvE manager van Bornholm en Eijkenhove.

Mijn naam is Esther van Huissteden werkzaam bij Amstelring sinds 2011 in verschillende functies waaronder RvE manager van Floriande en Eigen Haard. Ik ben getrouwd, heb drie kinderen in de leeftijden 23, 20 en 13 en woon in Hilversum. 1 april was mijn eerste werkdag in Bornholm en Eikenhove en ben ik warm welkom geheten door veel collega's, dus dat was een fijn begin!

Het is in de afgelopen maanden een komen en gaan geweest van collega's. Zo hebben een aantal collega's afscheid genomen, Helga Overbeek, praktijkopleider, Clara de Raaij, vrijwilligerscoördinator en Enny Kracht, medisch secretariaat. Het stokje is overgenomen door Martine Ekkelenkamp deze heeft de overstap gemaakt naar praktijkopleider en Doetie Roest is de nieuwe vrijwilligerscoördinator. Marianna van Lent komt het medisch secretariaat versterken.

Ook in het ondersteuningsteam zijn een aantal nieuwe collega's gestart, Gerda Hammink, Wilma Jansen, beide teamcoach en Sjaak van der Linden, locatie ondersteuner. We zijn er met z'n allen klaar voor en hebben veel zin in deze nieuwe uitdaging!

Hartelijke groet,  
Esther van Huissteden



## Tuinplanten van het winkeltje "Papillon"

Van het winkeltje "Papillon" kregen de afdelingen van de Laagbouw een super leuk bericht.

Vanwege de mooie opbrengst van het tweedehands winkeltje "Papillon" kregen we een leuke lente gift (euro's) om de binnentuinen/balkons lente klaar te maken. Wat geweldig!



Een ritje naar de markt, tuincentrum enz. was gauw geregeld en met een auto vol planten, aarde en nieuwe bakken zijn we aan de slag gegaan. Aan het eind van de dag waren alle binnentuin voorzien van mooie fleurige planten een genot om naar te kijken.



Laagbouw 3 heeft voor het balkon wat grenst aan de huiskamer gekozen voor mooie kunstplanten dit in kader van de veiligheid van de bewoners maar ook deze planten staan er fleurig bij.



Als we nu van de zomer buiten in de tuin zitten kunnen we heerlijk genieten van de mooie planten.

Dames van het Papillon: super bedankt!  
De bewoners en medewerker van de Laagbouw.



## Daar gaat ze.....

Op 23 mei jl. hebben wij afscheid genomen van Clara de Raaij. Ze gaat genieten van haar pensioen en allerlei leuke dingen doen. Vanaf deze plek wensen wij haar het allerbeste toe. We laten u nog een kleine impressie van haar afscheidsfeest zien.





## Een bijzondere familie.....

Een opname van een dierbare is altijd een ingrijpende gebeurtenis voor de cliënt zelf maar zeker voor de familie. Wat wij merken is dat er verschillende gevoelens loskomen bij families; verdriet, machteloosheid, radeloosheid, boos, schuldgevoelens maar soms ook opluchting.

Het klinkt misschien raar maar de familie waar ik dit stukje over schrijf ervaren dit. De familie was radeloos, hun moeder woonde alleen, weigerde alle hulp van instanties, draaide dag en nacht ritme volledig om, verzorgde zichzelf niet meer, vertoonde agressie en heel veel onbegrepen gedrag.....en dit vele jaren lang.

De familie ervaaarde heel veel verdriet dat hun moeder met een rechtelijke macht werd gedwongen tot een opname bij ons op de afdeling, maar tevens was er ook die opluchting.

Mw. heeft uiteindelijk maar een half jaartje bij ons gewoond, maar mw. voelde zich thuis. Natuurlijk konden wij ook niet direct mw. haar angsten, onrust, onmacht wegnemen, maar gaandeweg vonden wij wel een manier om hier mee om te gaan en ervaaarde mw. de afdeling als haar huis.

De familie ervaaarde het langskomen als op visite komen zoals het voor haar "ziekte" thuis ook was, met kinderen, kleinkinderen, veel gezelligheid, lachen, drankje iets lekkers en bij weggaan stond mw. vrolijk iedereen uit te zwaaien en succes en veel plezier te wensen voor de komende week.

De familie kijkt terug op deze periode als een mooi herinnering hoe moeilijk en verdrietig deze soms ook was.

Als blijk van hun dankbaarheid naar ons toe heeft de familie een schenking gedaan en onze huiskamers voorzien van nieuwe raamdecoratie; gordijnen en luxaflex. Tevens worden op zeer korte termijn de beide balkons opgeknapt en voorzien van hortensia's als blijvende herinnering aan hun moeder.

Jolanda Heins Laagbouw 3



# DIVERSITEIT

## Fototentoonstelling: Nooit meer in de kast!

Van juli t/m augustus gaat er een fototentoonstelling rond in de verpleeghuizen van Amstelring. Ook Bornholm en Eijkenhove doen mee! De tentoonstelling heet: Nooit meer in de kast, en is ontwikkeld door de organisatie IHLIA.



Gedurende de expositie kunt u elke week twee nieuwe levensverhalen van roze ouderen lezen en bekijken via tekst en foto's op mooie banieren. Roze staat in dit verband voor voor homoseksuelen en lesbiennes. In deze tentoonstelling staan hun levensverhalen centraal. Het zijn verhalen over gewone levens, waarin homoseksualiteit een belangrijke rol speelt, maar natuurlijk niet het enige aspect is.

Het doel van de tentoonstelling is het 'verschijnsel' homoseksualiteit een gezicht te geven en bespreekbaar te maken bij bewoners, personeel en vrijwilligers. De banieren zullen opgesteld worden naast de printer bij de receptie en voor een van de pilaren voor de receptie. Komt u ook kijken?

### Jaarkalender diversiteit?

Naast de bovengenoemde roze ouderen zijn er nog zoveel meer andere vormen van diversiteit te bedenken. Je kan denken aan culturele diversiteit, religieuze diversiteit, etnische diversiteit. Mensen zijn er in allerlei vormen en maten, verschillende kleuren, verschillende



opvattingen en identiteiten. En al die verschillende groepen mensen hebben ook verschillende feesten of belangrijke dagen.

In Bornholm en Eijkenhove willen we graag blijvend aandacht geven aan al die verschillende vormen van diversiteit. Zo geven we een mooi signaal: Onze verschillen zijn waardevol en mogen gevierd worden! Daarom is het idee ontstaan voor een jaarkalender diversiteit. Zo kunnen we wellicht elke maand, door een activiteit of door een klein gebaar, aandacht besteden aan onze verschillen. Hieronder ziet u al een begin van onze brainstorm.

Januari	
Februari	
Maart	Internationale vrouwendag!
April	
Mei	Dag van de Arbeid - Socialistisch feest
Juni	Suikerfeest - Islamitische feestdag na de Ramadan
Juli	KetiKoti - Surinaamse feestdag: afschaffing slavernij
Augustus	Pride - Seksuele & Genderdiversiteit
September	
Oktober	Divali - Lichtjesfeest uit het Hindoeïsme
November	
December	

Heeft u een leuk idee om de bovenstaande momenten te vieren? Of kent u voor de lege maanden nog doelgroepen of feesten die bijdragen aan het vieren van onze diversiteit? Geef uw idee dan door aan Joost de Wolf, geestelijk verzorger: [jdewolf@amstelring.nl](mailto:jdewolf@amstelring.nl)

U kunt hem natuurlijk ook aanspreken in de wandelgangen.



## Even voorstellen.....

Hallo iedereen,

Ik ben gevraagd om een stukje over mezelf te schrijven om mij voor te stellen aangezien ik een "nieuw" gezicht ben in Eijkenhove.

Ik ben Corina Priester, nog net 37 jaar, maar ik hoop volgende maand 38 jaar te worden. Ik ben getrouwd en heb 2 dochters van 9 en 7 jaar, woon in Hoofddorp.

In december 2018 ben ik in Eijkenhove komen werken als verzorgende IG. Molenhof is mijn vaste hofje geworden, maar ik sta ook op de andere hofjes.

Voordat ik bij Eijkenhove kwam werken heb ik ruim 11 jaar bij Gloxinia in Aalsmeer gewerkt. Helaas moest Gloxinia sluiten in december.





## Laagbouw 2 krijgt mooi behang

Op laagbouw 2 op de nieuwbouw is behangen en zie hieronder het geweldige resultaat. LB2 is er erg blij mee.





## Wist u dat.....

- de Stichting Vrienden van..... drie aanvragen heeft goedgekeurd. Laagbouw 3 kan kunstplanten en sierpotten aanschaffen, op hoogbouw 3 wordt het balkon mooi opgeknapt en voor in het Praethuys mag een LED TV met draaibare ophangbeugel worden aanschafft. Heel hartelijk dank namens de bewoners!
- Lizzy van de HHD op 13 mei 12,5 jaar in dienst was. Zij werkt als medewerkster facilitair op LB1 en is door deze afdeling in het zonnetje gezet. Volgens een van onze collega's is Lizzy echt een steun en toeverlaat, ze werkt hard en staat altijd voor iedereen klaar. LB1 is dan ook superblij met haar en willen haar de komende 12,5 jaar ook nog graag bij hen hebben. De dag hierna is Lizzy door haar eigen dienst ook nog even in het zonnetje gezet. Ook de redactie van Samenspraak feliciteert Lizzy van harte.
- Goudsmid Eric van Limpt op maandag 20 mei vol enthousiasme vertelde over zijn werk en dat hij de ambtsketen voor de Burgemeester van de Haarlemmermeer mocht maken. Een interessante ochtend voor bewoners en cliënten van de dagbesteding.



- u bij de weggeefkelder prima uw 2e hands spullen naar toe kunt brengen? Bij de weggeefkelder kunnen zij spullen gebruiken voor

cliënten met een zeer smalle beurs. Schone spullen, maar ook net witgoed, mooie bedden of andere meubels kunnen ze goed gebruiken. De spullen gaan naar cliënten van de thuisbegeleiding of andere hulpverleners. Er is een groepje vrijwilligers die eventueel spullen kunnen ophalen. Stuur een mail naar [Weggeefkelder@amstelring.nl](mailto:Weggeefkelder@amstelring.nl) voor verdere informatie.

- Het volleybalteam Born2Ball op het VCH open (24 mei) in de Fanny Blankers Koen Sporthal met verve geprobeerd heeft de eer van Bornholm hoog te houden. Via de tamtam hebben wij gehoord dat ze toch de laatste plaats hebben bereikt. De beloning hiervoor waren bitterballen en frikandelletjes..... die hebben zij dan ook met genoeg genuttigd. Bravo!!



- de behandelgroep op dinsdag 11 juni een heerlijke High Tea heeft georganiseerd voor alle collega's Bornholm en Eijkenhove. De hapjes waren met liefde gemaakt, smaakte heerlijk en iedereen genoot van dit sympathieke gebaar.





## Zomerse activiteiten

Ook tijdens de zomerperiode worden er weer allerlei activiteiten voor de bewoners georganiseerd.

Zo zijn er de jaarlijkse zomarlunches. Deze zullen worden gehouden voor Laagbouw 1, 2 en 3 op respectievelijk 10, 17 en 24 juli. De lunches worden op de afdeling gehouden.

Voor hoogbouw 2 en 4 worden de lunches georganiseerd in juni. En voor hoogbouw 3 zal dit zijn op 23 juli. Het belooft weer heerlijk en gezellig te worden.

Voor Eijkenhove staat er op 1 augustus een BBQ op het programma en op 27 augustus kan er volop getafeltennist worden.



## EVEN VOORSTELLEN

Laatst werd mij gevraagd of ik mij alsnog even wilde voorstellen in de volgende editie van de Samenspraak. Nu bij deze! :)

Waarschijnlijk ben ik voor velen van jullie inmiddels geen onbekend gezicht meer. Ik loop dan ook rond in Bornholm vanaf 1 december vorig jaar als activiteitenbegeleidster.

Voornamelijk op de Laagbouw voor 3 dagen per week. Letterlijk heb ik ook heel wat rondgelopen de eerste maanden om mijn weg te vinden!;) De stappenteller schoot regelmatig boven de 10.000 stappen op een werkdag maar dat is niet verkeerd voor mij!

Wat gaat de tijd snel en wat heb ik veel mensen mogen leren kennen die in Bornholm wonen en werken! Een warm en gezellig huis waar hard wordt gewerkt en hopelijk ook zo prettig mogelijk bewoning is. Ik heb het erg naar mijn zin en zit voor mijn gevoel op de juiste plek. Ook mag ik veel leren van zowel bewoners als collega's. Dank daarvoor!

Thuis ben ik ook nog gezegend met een lieve man en 3 lieve kinderen. Twee meiden en een jongen. Drie tieners in huis is een drukke maar ook gezellige boel! We wonen inmiddels alweer 15 jaar in Hoofddorp in een eengezinswoning in Sportdorp. Tuinieren, klussen en creatief bezig zijn in en om het huis vind ik heerlijk en wandelen en speuren met de hond, met of zonder man en kinderen, is ook iets wat ik graag doe in mijn vrije tijd. Huisje, Boompje, Beestje dus! Ik zie uit naar een fijne samenwerking met jullie en het nog beter leren kennen van elkaar!

Hartelijke groet, Barbara Overbeek-Theeuwes



## DE HOUTGROEP

Elke woensdagochtend van half 11 tot ongeveer 12 uur heeft u geen gehoorapparaat nodig als u in de buurt bent van het Trefpunt! Al aan het begin van de gang is het duidelijk dat er flink gezaagd en geschuurd wordt aldaar!



Sinds ongeveer 2 maanden is een groepje vrijwilligers o.l.v. vrijwilliger Paul de Vocht creatief bezig met hout met een aantal mannelijke, maar uiteraard ook vrouwelijke bewoners van Bornholm.

Er wordt van alles bedacht en gemaakt! Van puzzels voor de kleinkinderen tot hartjes voor de allerliefste. En van een uitgebreid insectenhuisje tot een beeldje voor decoratie.

Vaak kadootjes voor een ander en zo mooi dat er met veel liefde en geduld aan gewerkt is.

Denk nu niet: “ach dat lijkt mij leuk, maar dat lukt mij toch niet”. Wij zijn er om u te helpen waar nodig. En het mag op eigen tempo en niveau.

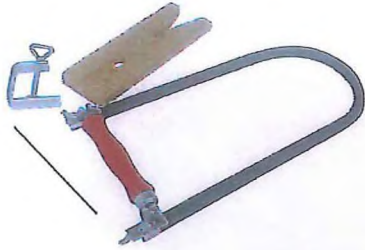


De dames die spelletjes doen die ochtend verdienen een pluim! Zij vinden niet veel rust maar daarentegen wel veel gezelligheid! Want gezellig dat is het zeker!





Vindt u het leuk om eens te komen kijken geef dit gerust aan bij 1 van de activiteitenbegeleiders of de zorg. Of kom zelf gewoon eens langs. De koffie staat altijd klaar voor u!



### WIST U DAT / DOE JE OOK MEE

Zo tegen het einde van de zomer in de maand september is er voor alle medewerkers Bornholm en Eijkenhove nog een sportieve middag met aansluitend een zomerse barbeque. Meer informatie hierover volgt nog.  
Hou de nieuwsbrief in de gaten...



## AANBIEDING TOKO

De **Toko** heeft voor u  
in de zomerperiode  
weer een lekkere  
**aanbieding!!**

Een Torondo van 0,50  
eurocent.



## VAKANTIE GROET

*Het team van Laagbouw 3 wenst iedereen een  
werkbare zomer en/of een fijne vakantie!*





## Vrouwennetwerk zet bewoners in het zonnetje

Vrouwen van het zakennetwerk LinkedMeer hebben hun handen uit de mouwen gestoken voor de bewoners van verpleeghuis Bornholm. Op woensdag 8 mei hebben zij met negen vrouwen sterk 4 kozijnen van het Trefpunt geboend, geschuurd en geschilderd en 80 (!) bewoners van Bornholm getrakteerd op een heerlijke High Tea.

LinkedMeer is een zakennetwerk voor ondernemende vrouwen. Zij ontbijten vier keer per jaar en bespreken uiteenlopende onderwerpen. “Al pratende hebben wij ontdekt allen affiniteit te hebben met liefdadigheid. Zo ontstond het idee om onze club ook in te gaan zetten voor lokale goede doelen”, aldus Anna Paternotte, één van de leden van het netwerk. Daarop hebben zij zich aangemeld voor de *1e Business en Social Impact Event en Beursvloer HLMR*, een evenement waar vragen van organisaties gematst worden aan het aanbod van bedrijven. Daar zijn zij in contact gekomen met de activiteitenbegeleiding van het verpleeghuis Bornholm.



Dit contact is snel uitgemonnd in een concrete afspraak om een dag aan de slag te gaan in het verpleeghuis. Naast het verwennen van de bewoners wilden ze ook iets blijvends bijdragen, dat is gelukt met het opknappen van het trefpunt.



Heel veel dank aan de dames van LinkedMeer voor deze productieve en gezellige dag!



## LB2 winnaar kleurenanalyse

We hebben maandagavond 8 April met een deel van het team de kleurenanalyse gehad en het was een gezellige en leerzame avond. Dus namens het team van LB2 willen we Amstelring hartelijk bedanken.

Marina van Gessel





## Van kleding naar aandenken



Het overlijden van een dierbare is altijd een zwaar verlies. Kleding van de overledene kunt u weggeven, of naar de kringloop brengen. De meeste mensen vinden dat heel moeilijk en stellen dat moment zo lang mogelijk uit. Zo blijft de kleding vaak een lange periode liggen. U kunt het nog jaren in de kast laten liggen, óf u laat er een mooi gedenkkleed/deken van maken!

De aangeleverde materialen worden tot één geheel verwerkt en ik vul de deken met fiberfill en stik de naden plat door, zodat het idee van patchwork ontstaat. Voor de onderkant van de deken gebruik ik een fleecé-kleed in een bijpassende kleur.

Het bedrag waar u aan moet denken voor een gedenkkleed/deken van 1.20 meter x 1,50 meter is ongeveer € 195,=.

Voor een kussenhoesje is de prijs ongeveer € 35,=



Wilt u een kleed/deken laten maken neem dan gerust contact met mij op.

U kunt een mail sturen naar [neleisvogel@hotmail.com](mailto:neleisvogel@hotmail.com)

of bellen naar 06-24770498



## CIRCUS IN DE ZORG 2019

### Klein circus met Grote mogelijkheden

Circus in de Zorg organiseert circusvoorstellingen in heel Nederland, in samenwerking met verschillende Nederlandse Fondsen. Bewoners van zorginstellingen, woonprojecten, verpleeghuizen en eenzame ouderen uit de wijk krijgen de mogelijkheid om te genieten van een feestelijke circusvoorstelling op locatie. Circus in de Zorg bezoekt jaarlijks 90 zorginstellingen door heel Nederland, en geeft meer dan 250 voorstellingen. Binnenkort (woensdag 18 september) geeft Circus in de Zorg 3 voorstellingen voor Eijkenhove en Bornholm.

De productie "Circus in de Zorg" zou je het best kunnen omschrijven als een verzorgd, lief en intiem circusproject. Klein, maar ijzersterk. Opgezet en geproduceerd met dezelfde liefde, passie en vakmanschap waarmee circusdirecteur Alexander reeds 19 jaar circus maakt onder de naam Sijm.

Het project vindt plaats in Circus Alexander. Dit circus is in 2017 ontstaan om optredens te kunnen verzorgen op kleinere oppervlakten. De tent is 16 meter groot, past op bijna iedere locatie en heeft toch 170 zitplaatsen die bovendien rolstoelvriendelijk zijn. Hierdoor is het uitermate geschikt om te spelen nabij zorginstellingen. De voorstelling zelf is speciaal gericht op ouderen. Met mooie herkenbare muziek, bijzondere acts en prachtig verzorgde kostuums. De nostalgische sfeer en de bijzondere mix van circus, theater en muziek, doen herinneringen van vroeger herleven. Rondom de blauw-gele tent staan verzorgde wagens, sfeervolle decoraties en natuurlijk worden de gasten ontvangen door vriendelijke medewerkers.

De show wordt verzorgd door enthousiaste, professionele artiesten, met acts die technisch en artistiek van topniveau zijn Circus in optima forma. De volledig nieuwe voorstelling is een vrolijke mix van muzikaal entertainment, acrobatiek, clownerie en een bijzondere combinatie van kroonluchters, barokkostuums en nostalgie. Clown Frenky loopt als een rode draad door de voorstelling, en laat het publiek kennismaken met o.a. Jenny en Alan di Lello. Dit enthousiaste Italiaans/Nederlands duo neemt u op komische wijze mee naar de jaren 1900. François Kaselowsky presenteert geheel in Mozartstijl zijn stoelenbalans.

Verder o.a. geheel in stijl een voetbal jongleur uit Italië en een doeken trapezeartiest. Circus Alexander is een fonkelende diamant in een kleine verpakking, en zorgt ervoor dat Circus in de Zorg een onvergetelijk project wordt.



Productie en Organisatie:  
Sijm Circus & Events  
Vreekesweid 18/20  
1721 PR BROEK OP LANGEDIJK  
[www.circusalexander.nl](http://www.circusalexander.nl)





## HOOGBOUW 2 BEDANKT PAPILLON

Lieve dames van Papillon, Bedankt voor de royale gift!

Wij hebben er al mooie planten voor gekocht.

Lieve groet, bewoners en team hoogbouw 2.



## MODESHOW

Vrijdag 21 juni werd weer de zomerse mode collectie van 2e hands kledingwinkel Papillon geshowd door medewerkers en vrijwilligers.

In de pauze trakteerde Papillon de bewoners op een lekker italiaans ijsje van Pronto.



## IK GEEF DE PEN DOOR AAN .....

Mijn naam is Doetie de Roest. Sinds 1 mei werk ik in Bornholm als vrijwilligerscoördinator. Ik heb Clara de Raay opgevolgd, zij geniet nu van haar pensioen.



Van oorsprong ben ik van Friese afkomst. Vervolgens heb ik bijna twintig jaar in midden Limburg gewerkt op een internaat voor schipperskinderen. Dat was leuk en zinvol werk. Bovendien heb ik heel erg genoten van het Zuid Limburgse glooiende landschap waar je zo heerlijk kunt wandelen en... vlaai eten! Sinds het jaar 2000 ben ik verhuisd naar de prachtige stad Amsterdam en daar heb ik geen spijt van.

Sinds die tijd werk ik bij woonzorgcentrum De Drie Hoven in Amsterdam Nieuw-West, ook van Amstelring. Destijds was dit het grootste huis van Nederland met meer dan 500 bewoners. In de loop der jaren is het steeds kleiner geworden en eind dit jaar gaat het helaas sluiten. De laatste vier jaar had ik een tweede werkplek op De Klinker in West, een klein huis met een buurthuis er aan vast midden in de stad, dus weer een heel andere sfeer. Ik heb talloze activiteiten georganiseerd met en voor bewoners van deze huizen en ook voor de buurtbewoners. Bij bijna alle activiteiten werkte ik samen met vrijwilligers en vond dat altijd erg leuk. Het laatste jaar op De Drie Hoven was ik vrijwilligerscoördinator en ik heb nu de overstap naar Bornholm gemaakt. Ik ben hier heel hartelijk ontvangen en ervaar er een warme gemoedelijke sfeer. Het gaat zeker een tijdje duren voor ik hier iedereen ken.

In mijn vrije tijd geniet ik van mijn tuin, ik wandel en fiets graag en ik zing in een klassiek koor. In vakanties bezoek ik graag tuinen bijvoorbeeld in Engeland, wandel in de bergen of ontdek een nieuwe stad.

Ik heb al met aardig wat  
bewoners, vrijwilligers en  
medewerkers kennis gemaakt,  
maar ik nodig u uit ook naar mij te  
komen om een praatje te maken.  
Misschien wilt u wel bezoek van  
een vrijwilliger, of zoekt u iemand  
die met u een ommetje kan gaan  
maken of fietsen op de duofiets.  
Ik ben te vinden op de 1<sup>e</sup> etage,  
vlak bij de lift. Graag tot ziens!



## LEVE DE NATUUR EN DE ZOMER

*Leve de natuur  
wonder schoon mooi  
Stap voor stap  
in het ochtend gloor*

*De zon die opkomt in de morgen  
laat de zon maar stralen  
Wonderbaar schoon  
om het te herhalen*

*De kracht van het licht  
zo wonder mooi schoon  
Je kunt er in verdwalen  
neem het ervan*

*Licht geeft je de kracht  
om door te gaan  
Maakt warm en bekwaam  
het leven geeft iets goeds.*

*David*

## DORSTLESSERS

De thermometer staat vandaag op 33 graden en het lijkt erop dat dit de komende dagen ook zo blijft. Genoeg drinken is belangrijk, maar wat?????

Water is makkelijk en goed, maar kan soms ook wat saai worden. Met wat extra's is het soms makkelijker om toch door te blijven drinken. Hieronder wat recepten voor smakelijke dorstlessers

### Watermeloen limonade

Voor 1 kan:

- o 250 gram Watermeloen
- o 2 limoenen
- o 700 ml koud water
- o Eventueel takjes munt & ijsklontjes



### Hoe maak je het klaar:

1. Verwijder de schil van de watermeloen en snijd in blokken.
2. Rol de limoenen met je vlakke hand over het aanrechtblad. Dit zorgt ervoor dat het sap beter los komt. Pers vervolgens uit.
3. Mix de watermeloen in de blender tot een egale massa. Voeg het limoensap en water toe en zet nog even kort aan.
4. Zet het liefst nog een uurtje in de koelkast, zodat de smaken goed kunnen intrekken.

### Komkommerdrankje

Ook komkommer is een heerlijke dorstlesser. De frisse groente bestaat wel voor 90% uit water. Heerlijk als tussendoortje of snack dus. Om extra smaak te geven aan je water is het ook lekker om dunne plakjes komkommer in het water te doen en even te laten intrekken.



### “Vruchtwater”

Okay, eerlijk is eerlijk, recepten zijn eigenlijk helemaal niet nodig, want je kan alle ingrediënten die je zelf lekker vindt door elkaar mixen: fruit, groente, kruiden, specerijen en eetbare bloemen. Waar kan je aan denken:

- o Fruit: watermeloen, aardbeien, frambozen, bramen, bessen, citrusfruit
- o Groente: komkommer, venkel, wortel, selderij
- o Kruiden: munt, rozemarijn, thijm, basilicum, koriander
- o Specerijen: kaneelstokjes, vanillestokjes, kruidnagel, cardamom, gember, steranijs, citroengras
- o Eetbare bloemen: lavendel, rozenblaadjes, citrusbloesem, viooltjes

# WIE, WAT, WAAR IN BORNHOLM & EIJKENHOVE

**Interim RVE Manager  
Bornholm & Eijkenhove**  
Esther van Huissteden

**Locatie Ondersteuner**  
Sjaak van der Linden

**Teamcoaches Bornholm &  
Eijkenhove**  
Gerda Hammink  
Willma Jansen

**Secretariaat Bornholm**  
Ronnie Bruyel  
Dia Tabbers

**Receptie**  
Tel nr. 023 – 55 49 719  
Intern: 4999

**Kapsalon Plein**  
Dinsdag & vrijdag 09.00 -14.00 u  
**Kapsalon Dorpstraat Laagbouw**  
Donderdag 09.00-14.00 u

**Toko Plein**  
Maan- t/m vrijdag 10.00-12.00 u  
14.00-16.30 u  
Zaterdag & zondag 14.00-17.00 u

**Pedicure**  
Afspraken via de afdelingen

**Tandarts & assistente**  
Afspraak via de afdeling

**Activiteitenbegeleiding**  
Marian Smit  
Marianne Velders  
Dineke Zijlstra-Dijkstra  
Barbara Overbeek

**Coördinator vrijwilligerswerk**  
Doetie de Roest

**Facilitaire zaken**  
Aanspreekpunt: Truus Jansen

**Opticien en notaris**  
Informatie bij receptie of afdeling.

**Medisch Secretariaat**  
Enny Kracht, Elise Westerveld  
Monique Clijnk

**Med. eindverantwoordelijk arts**  
M. Heems

**Spec. Ouderengeneeskunde**  
E. Kurz Pohlmann  
G. Jonathans  
V. Schepers  
H. Kleinjans  
E. v.d.Meer

**Manager Behandelaren**  
Koos Snel

**Maatschappelijk werk**  
Janine Warmerdam  
Loes van Berkel

**Geestelijk Verzorger**  
Joost de Wolf

**Secretariaat Eijkenhove**  
Nel Beijer

**Coördinator vrijwilligerswerk  
Eijkenhove**  
Gerda Hein

**Cliëntenraad Bornholm/Eijkenhove**  
Voorzitter: Paul Ruygrok  
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, e-mailadres  
[robert@activehealthgroup.nl](mailto:robert@activehealthgroup.nl) of  
06-18860149

# *Wij wensen alle lezers veel leesplezier*

*Zomers van toen  
zijn groener en warmer  
zomers van nu  
zijn een tikkeltje armer.*

*Maar straks zijn de zomers  
van nu net zo groen  
en zo warm, want dan zijn  
het de zomers  
van toen*

*(gedicht: Toon Hermans)*

