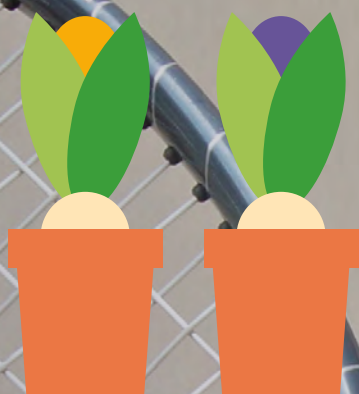


Nummer 2 – mei 2019

Onze krant



Hoe woon jij?

Lees het op pagina 4

**Een dagje uit naar
boerderij Het Geertje**

Lees het op pagina 8

En verder

Weggooiden is zonde

Wat doet de nachtdienst?

Ben jij ook zo'n
hondenfan?

En nog veel meer!

voor alle cliënten van **Raamwerk**

Welkom



Esther Hessel
Redacteur
Onze krant

Waar woon jij?

Waar woon jij? En hoe vind je het daar? Iedereen woont ergens, dus we hebben allemaal een verhaal. Misschien woon je alleen en vind je dat fijn. Of je hebt juist veel huisgenoten en vindt dat gezellig.

Onze krant ging bij een aantal cliënten langs en hoorde mooie verhalen. Deze lees je in het hoofdartikel. Vind jij het leuk om in Onze krant te vertellen hoe jij woont? Laat het de redactie weten en wie weet sta je in de volgende Onze krant!

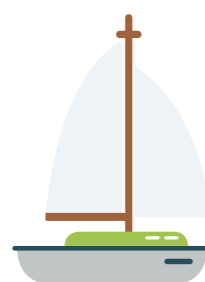
Er staat natuurlijk nog veel meer leuks in de krant. Mooie foto's van een uitje naar Boerderij Het Geertje bijvoorbeeld. En een verhaal over de Kwispelbrigade, de hobby van Charles en een artikel over het Nachtteam. Heel veel verschillende verhalen dus. En een lekker recept om limoenmousse te maken. Dat is helemaal niet moeilijk om te maken en heel erg lekker. En super lekker om van te genieten in het voorjaarszonnetje!

We wensen je veel leesplezier!

Activiteiten

De Hafakker

Boerderij Het Geertje
18 mei



Sloepvaren en zeilen
op de Kaag
25 mei

Paardrijden met de
Boekhorstruiters
1 juni



Boerengolf
6 juli

Het Zeehos

Duinwandeltocht
17 mei

Zomerbingo
14 juni



Dierentuin Blijdorp
26 juni

Strandrups
10 juli

Barbecue
26 juli

Meer informatie over deze en nog veel meer activiteiten?

Bel dan even met de afdeling
Vrije tijd en Vrijwilligers:
0252 345 797



De hobby van Charles

Lekker een balletje slaan

TEKST MICHEL VAN TONGEREN FOTO LEO KLINKENBERG

We zijn op bezoek bij Charles. Voordat we beginnen vraagt Charles tot hoe laat we praten, want we moeten wel voor 'Goede Tijden Slechte Tijden' klaar zijn, dat is afgesproken.

Charles vertelt dat hij samen met een vrijwilligster tennist in Lisse. 'Ik ga in de zomer op woensdag met Barbara tennissen en dat gaat wel goed, alleen moet ik veel rennen want ze speelt niet goed terug.'

'Ik zou graag ook op squash willen'

Op de vraag of hij altijd goed slaat, geeft Charles aan dat ook dat wel eens niet lukt. 'Het is ook moeilijk om goed te slaan. De bal komt in het net of in de tuin van de burens terecht en dan moet je die ophalen'. Doe jij dat? 'Nee, dat doe ik niet, er zijn genoeg gele tennisballen'.

Wat zou je nog wensen bij je sport? 'Ik zou op squash willen, in zo'n glazen huis waarin je kan tennissen tegen de muur. Je hoeft dan ook geen bal op te halen en de bal is steeds in de buurt.'

Ook fijn is dat mijn schoenen dan schoon blijven. Nu worden ze steeds oranje en dat gaat er niet makkelijk van af.'



Heb jij ook een leuke of bijzondere hobby?

Stuur dan even een mailtje naar communicatie@hetraamwerk.nl en wie weet sta jij met je hobby in de volgende editie van Onze krant.



Hoe woon jij?

TEKST MICHEL VAN TONGEREN EN ESTHER HESSEL

FOTO LEO KLINKENBERG

Iedereen woont ergens, dus iedereen heeft een verhaal. Onze krant was benieuwd waar jij woont en wat je er over wilt vertellen. Zo hoorden we mooie, bijzondere verhalen. Hieronder lees je er een paar. Vind jij het ook leuk om te vertellen over hoe je woont? Laat het de redactie weten!



LEO EN JAN MET HUN BUURVROUW

Broederliefde

De broers Jan en Leo wonen al hun hele leven bij elkaar in Noordwijk Binnen. Vroeger woonden ze met hun ouders, broer en zus bij elkaar. Leo en Jan hebben het enorme geluk dat ze een heel goede buurvrouw hebben die al 44 jaar elke dag even langs gaat om te kijken hoe het met ze gaat. Nadat hun ouders waren overleden en Leo, Jan en zus Rietje alleen bleven, gingen ze verhuizen. De buurvrouw heeft al een paar keer bij een verhuizing het zo kunnen regelen dat zij dicht bij elkaar kwamen te wonen. Nu wonen ze in twee huizen die echt naast elkaar staan.

'Wij doen altijd alles samen en dat is en blijft gewoon zo'

Leo en Jan deden vroeger alles samen met hun zus Rietje, zoals op vakantie, spelletjes doen en op zaterdagmiddag poffertjes eten en een potje Mens erger je niet. Nu doen ze het nog wel maar het is nooit meer zo leuk als vroeger met Rietje erbij.

'We wonen nu al 12 jaar in dit nieuwe huis en gelukkig hebben we buurvrouw Belia die ons helpt elke dag. Voor de hulp en begeleiding komt er elke avond iemand van de thuiszorg en er is vaak iemand van Raamwerk om ons te helpen bij andere zaken. Ook gaan we twee keer per week naar dagbesteding bij Raamwerk en rijden we mee met de koffiebus. Altijd doen we het samen en dat is en blijft gewoon zo'.

Samenwonen

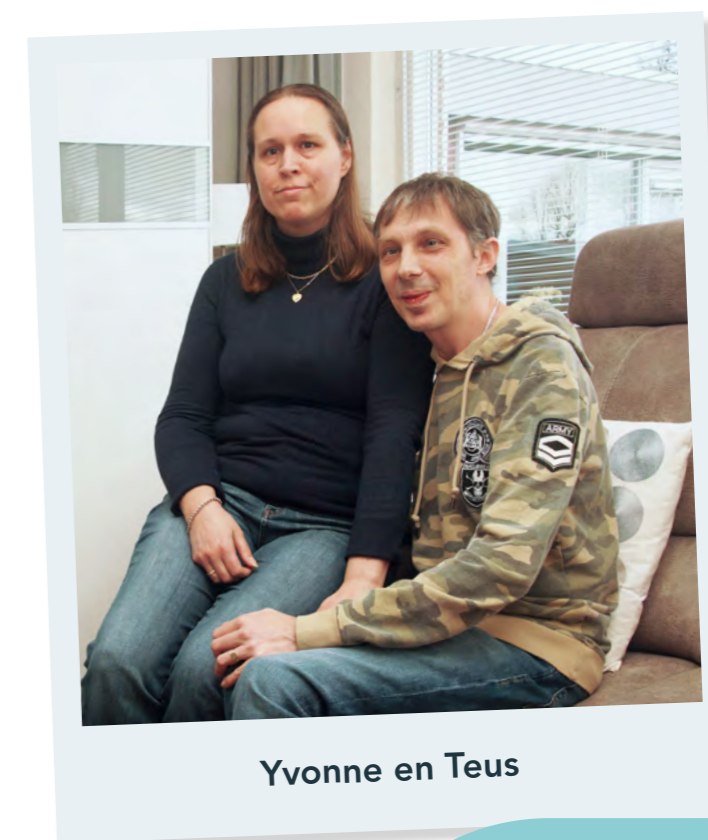
Teus en Yvonne wonen in een mooi appartement in Hillegom. Daar hebben ze zelf voor gekozen in 2004. "We hebben elkaar bij Drechwerk ontmoet en verkering gekregen, dat was in 1998": vertelt Teus. Teus komt uit Nieuw Lekkerland en Yvonne uit Noordwijk, dus elk weekend was het een hele reis om bij elkaar te zijn. Maar zoals Teus opmerkte, 'liefde maakt blind en het was geen moeite'.

Yvonne woonde in de IJmuidenstraat en Teus ondertussen bij zijn vader in Noordwijk. Zij hebben toen een woonwens bij het team van het project 'plek onder de zon' ingediend en kregen hun appartement in Hillegom. Daar wonen ze nu al 15 jaar.

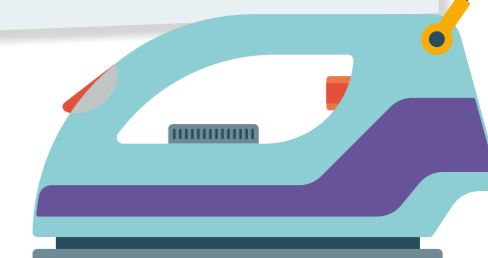
Teus en Yvonne fietsen veel in hun vrije tijd

Teus en Yvonne hebben een mooi huis. Het huishouden en wat daar allemaal bij hoort zoals boodschappen doen, stofzuigen, de was en koken is niet moeilijk. Wat wel moeilijk is; af en toe de post of betalen via internet, daarvoor komt elke week twee keer iemand langs van Raamwerk.

In hun vrijetijd gaan Teus en Yvonne veel fietsen. Teus heeft een driewieler en Yvonne een gewone fiets. Als ze op vakantie gaan naar de Bonte Wever in Assen dan gaat de driewieler mee op de aanhanger achter de auto van Teus zijn vader. Want elke vakantie gaan ze fietsen in Drenthe.



Yvonne en Teus



Lekker in je eigen hoekje

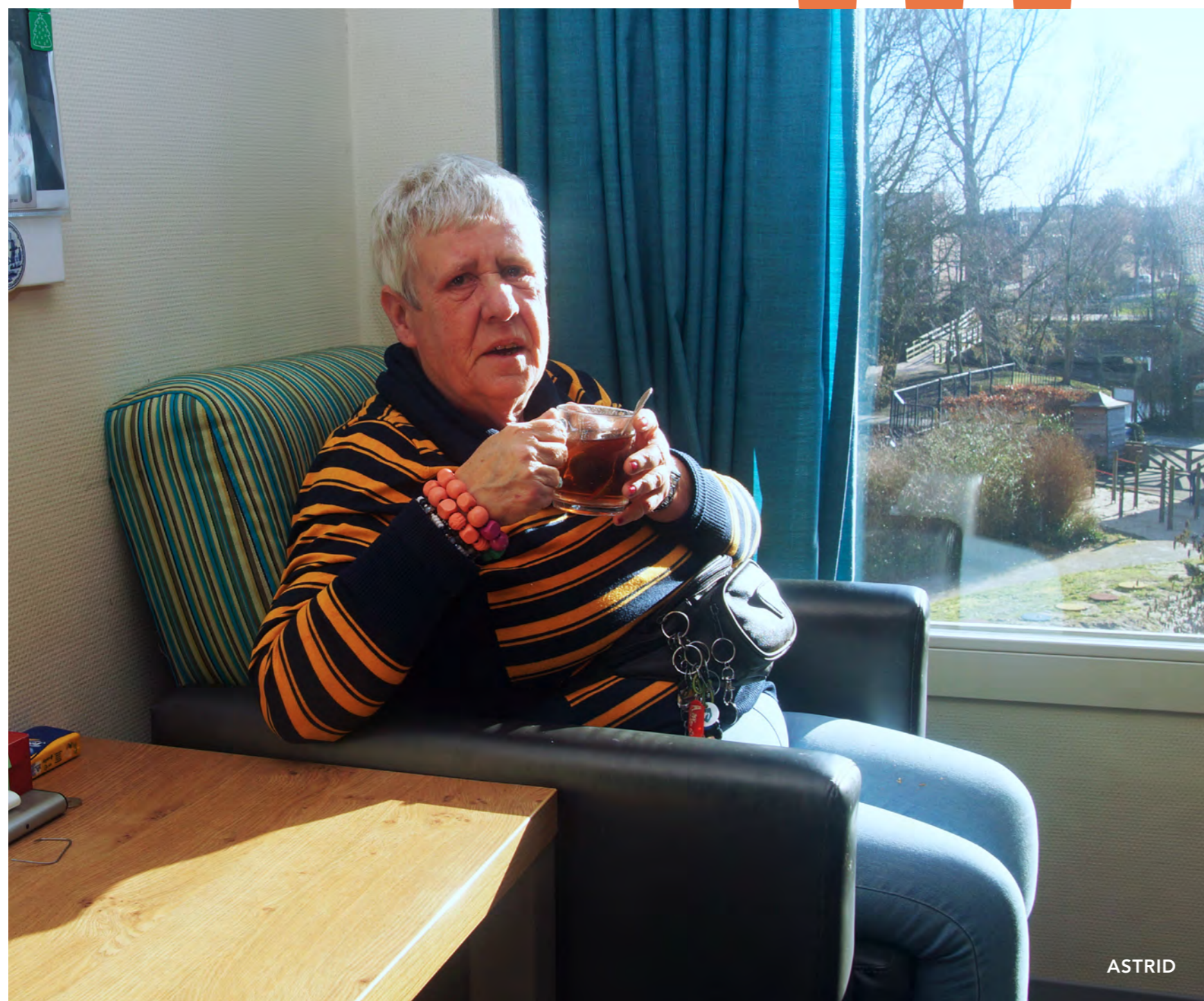
Astrid woont op de Zeereep op de Hafakker. Ze zit graag lekker in haar eigen hoekje in de gemeenschappelijke huiskamer. Ze geniet er van om lekker uit het raam of om zich heen te kijken. Ook gaat ze graag naar buiten, lekker wandelen. Dan verzamelt ze dingen die op straat liggen, zoals ringetjes of ijzertjes. Astrid helpt graag met koken, de was vouwen of opruimen.

Ze is dol op de feestdagen, gezellig sinterklaas vieren, de kerstboom opzetten, paas-eitjes eten. Het is dan zo gezellig in huis!

Zelf is ze 28 december jarig, dus dan heeft ze nog een extra feest in de drukke feestmaand.

Astrid geniet volop van haar eigen plekkie

Astrid heeft het erg naar haar zin in haar woning. En ze geniet volop van haar eigen plekkie, in haar stoel bij het raam.



ASTRID

Nieuwbouw op de Hafakker



TEKST RONALD VOOGT EN ANJO KOOLEN BEELD ARTIST IMPRESSIONS

Op de Hafakker worden nieuwe appartementen gebouwd. Deze komen samen met de bestaande huisvesting op het Hafakkerterrein beschikbaar voor cliënten die nu wonen in Munnekewij en Zeereep 6-8. Het is nog niet precies bekend wie waar komt te wonen.

De nieuwe appartementen worden heel mooi, met een eigen badkamer en mooie ruime kamers, en zijn vergelijkbaar met de appartementen van Zeereep 7-13. Waar de nieuwbouw komt, staan nu nog andere woningen (op Duinrand 24-46). Deze worden zoals nu voorzien binnenkort gesloopt.

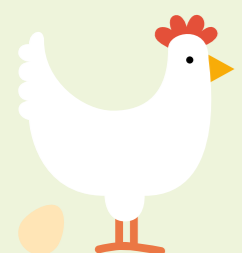
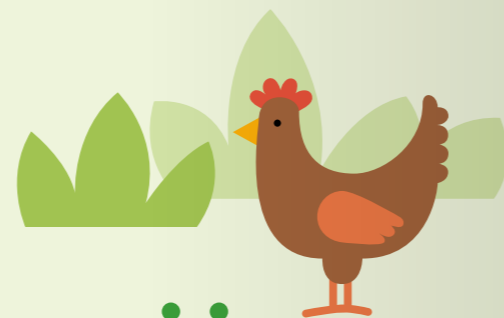
Daarna worden de nieuwe woningen gebouwd. Dat duurt ruim een jaar. De Lokale Cliëntenraad (LCR) van Noordwijkerhout mocht de plannen voor de nieuwbouw zien. Zij konden vragen stellen. De opmerkingen die ze eerder hebben gemaakt, zijn netjes verwerkt.

De architect en het bouwteam werken de plannen nu verder uit. En een projectgroep is druk bezig met hoe het gebouw er 'van binnen' uit komt te zien.

Op de afbeeldingen kan je zien hoe de nieuwbouw eruit komt te zien.

Fotoverslag

Een dagje uit naar Boerderij Het Geertje



Gelijk maar een bevalling gezien van een klein schaapje. Hoe leuk wil je het hebben als je net aankomt op de boerderij.

Een kip knuffelen! Hoe leuk is dat. Ze zijn zachter dan je denkt.



De geitjes lieten zich graag aaien. Als je niet uitkeek gingen ze gewoon met je mee naar huis.

Voor deze dieren kom je graag je stoel uit. Daar word je blij van!

Boerderij Het Geertje in Zoeterwoude is een mooie plek om de boerderijdieren van dichtbij te zien en te aaien. Leuk om daar een middagje heen te gaan. Ondanks de regen een zeer geslaagde middag!

TEKST EN FOTO'S LEO KLINKENBERG



Biggetjes stinken, maken herrie en rollen door de drek. Maar wat zijn ze leuk zo allemaal bij elkaar.



Een geitje een flesje melk geven. Hoe leuk is dat. Wel uitkijken dat ze het flesje niet uit je hand rukken.



De paarden stonden lekker in hun eigen stalletje. Gelukkig kon je er nog net bij om ze te aaien.



Lekker even bij het vuur zitten. Niet dat het koud was hoor. Maar het was gewoon gezellig.

Weggooien is zonde!

TEKST ESTHER HESSEL FOTO LEO KLINKENBERG

We gooien allemaal veel spullen weg. Dat is zonde. Daarom doet dagbesteding de IJsbeer het nu anders. Oude elektrische apparaten worden uit elkaar gehaald en soms zelfs weer gemaakt.

Op de foto zie je Eric. Op zijn werktafel heeft hij veel gereedschap. Dat gebruikt hij om apparaten uit elkaar te halen. Het

afval worden netjes gescheiden in grote bakken en naar de milieustraat gebracht. Eric is zo handig, dat hij ook dingen kan repareren. Een hoogtepunt was toch wel het repareren van een plasma televisie. Deze staat nu op de IJsbeer en wordt regelmatig gebruikt door de hele groep. Iedereen is dan ook blij met de nieuwe klusjesman op de groep!



Doe mee!

Boules de la Mer bij de Rozer

TEKST INE PAAUW

Iedere dinsdag om 19:30 uur zijn er spannende jeu de boules wedstrijden in de recreatieruimte van de Rozer! We spelen van september tot en met mei om de titel: "Beste Jeu de Bouler van Katwijk en omstreken". Voor de winnaar is er de eeuwige roem en een grote beker te winnen.

We moedigen elkaar natuurlijk tussen de wedstrijden door aan en er is voldoende gelegenheid en ruimte om een aantal wedstrijden te spelen.

Het is ook nog eens hartstikke gezellig met een boel vrijwilligers die helpen om de wedstrijden spannend en eerlijk te laten verlopen.

Aan het einde van het seizoen hebben we ook een speciale feestavond, waar we gezellig met z'n allen wat eten, drinken en kletsen over alle gespeelde wedstrijden.

De contributie is € 45,- per jaar inclusief alle drankjes en de feestavond.

Je hoeft geen jeu de boules ervaring te hebben om mee te kunnen doen, je wordt helemaal begeleid om het beste uit jezelf te halen.

Schrijf je in via i.paauw@hetraamwerk.nl (of kom naar haar spreekuur in de Rozer op maandag tussen 11.00 en 12.00 uur).



★ Wat doet de nachtdienst?

Lahbin woont op het Zeehos en vertelt erover



Lahbin samen met Arianne

TEKST ARIANNE VAN DER NAGEL
FOTO'S LEO KLINKENBERG

Wat doet de nachtdienst voor jou?

Ze brengen mij ongeveer een keer per maand naar bed. Ook sluiten ze dan mijn sondevoeding aan. 's Nachts heb ik wel eens hulp nodig om me te verschonen of als ik me niet goed voel.

Hoe weet de nachtdienst dat je ze nodig hebt?

Ik kan bellen met een rode knop of mijn halszender en dan weten ze op de centrale dat ik bel. Soms praten ze met mij om te horen of ik dringend hulp nodig heb.

Heb je wel eens dringend hulp nodig gehad?

Ja, ik voel het wanneer ik koorts krijg en dat is een noodsituatie in mijn geval. Ik moest toen wel even wachten tot ze bij mij waren. Ze wisten wat ze moesten doen en konden me goed helpen. Ik moest toen naar het ziekenhuis.

Wat vind je van de nachtdienst?

Er zijn veel nieuwe mensen in de nachtdienst. Zij worden goed ingewerkt en komen eerst met z'n tweeën bij mij en daarna kunnen ze het alleen. Ik kan ook goed uitleggen wat ze moeten doen.

Ik ben heel tevreden over de nachtdienst en vind het fijn dat ik daardoor soms op kan blijven en dat zij mij dan naar bed helpen.

Cliëntenraad

Vraag van de LCR Katwijk: 'Hoe kunnen wij jou bereiken?'



TEKST JOLANDA HAASNOOT FOTO LEO KLINKENBERG

De lokale cliëntenraad (LCR) van Katwijk vindt het belangrijk dat alle cliënten weten dat er een raad is. De raad praat met Raamwerk over alles wat met Wonen te maken heeft. Je kunt dan denken aan begeleiding, maaltijden, je appartement, schoonmaak, wasservice, de Rozer of de wijk waar je woont.

In de afgelopen vergadering hebben wij bijvoorbeeld aangedrongen op een oplossing voor de tocht op de Zeespons en dat er een duidelijke straat- en nummeraanduiding in de wijk komt. Verder willen wij dat de Rozer op zaterdag eerder opengaat zodat je hier met je bezoek terecht kunt. Dit is zomaar een greep uit de onderwerpen, maar er is veel

meer! Van iedere vergadering wordt een verslag gemaakt en naar de woningen gestuurd. Wij willen dat dit verslag in het bewonersoverleg wordt besproken. Helaas gebeurt dat niet overal en daarom hebben we jouw hulp nodig. Vraag aan de begeleiding of zij dit willen doen. Je kunt ook een mailtje sturen naar lcr-katwijk@hotmail.com dan sturen wij je het verslag toe.

Vind je het zelf te moeilijk? Je kunt het verslag ook samen met je ouders of contactpersoon lezen, zij kunnen aan de begeleiding om het verslag vragen. Aan de hoofden hebben wij gevraagd om ons uit te nodigen in hun bewonersoverleg, wij hopen jullie dus snel persoonlijk te spreken!



Zorg die bij jou past

Wat is een regiebehandelaar en wat heb je daar aan?

TEKST ESTHER HESSEL

Er zetten zich veel mensen in voor de beste zorg en behandeling voor jou. Zo ga je bijvoorbeeld soms naar de dokter. Of heb je een gesprek met de gedragskundige of verpleegkundig specialist. Of doe je oefeningen met de fysiotherapeut.

En natuurlijk heb je een CPB-er (Cluster Persoonlijk Begeleider). Hij of zij is jouw eerste aanspreekpunt. Dat betekent dat je hem of haar van alles kan vragen of juist vertellen. Bijvoorbeeld over je Ondersteuningsplan.

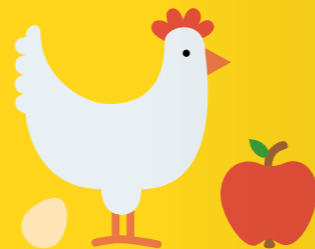
Ook heb je al een tijdje een regiebehandelaar. De regiebehandelaar zorgt dat iedereen die met jouw zorg en ondersteuning te maken heeft goed met elkaar samenwerkt en overlegt. Zo krijg je de beste zorg, die past bij wat jij nodig hebt. Goed geregeld dus!

Elke cliënt heeft een eigen regiebehandelaar. Je ziet elkaar bij de bespreking van het Ondersteuningsplan. Waarschijnlijk weet jij wie dat is voor jou. Weet je het niet meer, maar wil je het wel weten? Vraag het dan aan je CPB-er.

Boerderijwinkel

appeltje eitje

Bij Appeltje-Eitje zijn allerlei ambachtelijk gemaakte en verse producten te koop. Ook zijn er leuke cadeautjes van keramiek, gemaakt door cliënten van 't Bollenpalet. Zeereep 48a in Noorwijkerhout
Ma t/m Vr 9.30 tot 15.30 uur



de Rozer

Kom ook eens gezellig buurten bij buurtcafé de Rozer in Katwijk! Naast een lekker bakje koffie of een biertje hebben we ook heerlijke gezonde maaltijden.
Zeehosplein 25 in Katwijk
Ma t/m Do 9.00 tot 19.30 uur
Vr 9.00 tot 23.00 uur
Za en Zo 16.00 tot 20.00 uur

Recept: Limoenmousse

Een heerlijk en simpel toetje voor twee. Binnen 5 minuten gemaakt!

TEKST EN FOTO LEO KLINKENBERG



Wat heb je nodig?

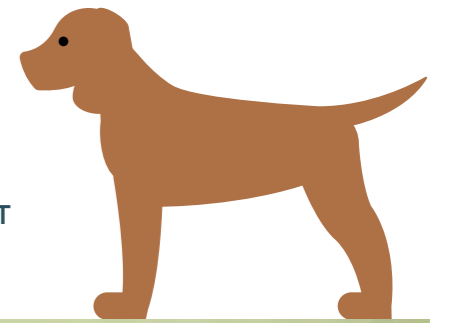
- 50 gram naturel roomkaas
- 4 tl-zoetstof
- Sap van een halve limoen (limoenen kan je per stuk kopen bij de groenteboer)
- Halve theelepels vanille extract
- 80 ml slagroom

Het bereiden

- Doe alle ingrediënten in een kom en mix het tot een gladde mousse
- Serveer het met wat rasp van de limoenschil

Eet smakelijk!

Ben jij ook zo'n hondenfan?



TEKST MANON VAN DER ZWET

FOTO LEO KLINKENBERG



In Sassenheim hebben ze veel geluk want er is een honden-uitlaat/knuffel-ploeg van Raamwerk. Elke donderdagmiddag gaat een groepje van drie personen van de Tolhuisstraat op pad naar de hondenopvang in het dorp. Dit is hondenagopvang: 'De Kwispelbrigade'.

Dit groepje bestaat uit Daan, Marja en Raymond. Zij zijn alle drie hondenliefhebbers. De honden Yfke en Lemon zijn de lievelingshonden van Marja en komen bij haar zitten als ze op bezoek gaan bij de opvang.

"Als we de honden gaan uitlaten gaan we er op tijd naar toe want eerst gaan we nog even knuffelen en spelen en dan pas naar buiten. Ja dat is belangrijk voor dieren dat je ook een beetje aan elkaar went." vertelt Marja. Marja vertelt ook dat ze wel graag weer een hond zou willen. Maar dat kan niet omdat ze de hele week werkt en dan is zo'n lief beestje steeds maar alleen, en dat is niet goed voor een hond. "Wat ik zo leuk vind aan honden is dat ze zo gezellig zijn en gewoon zo lief. Ik kan op straat ook nooit een hond voorbijlopen zonder ze te aaien. Je kan zeggen dat ik een echte hondenfan ben."

Workshop koken bij de Academie voor Zelfstandigheid

TEKST MICHEL VAN TONGEREN FOTO MARCO VAN DER PLAS

In maart is er een cursus gestart om met elkaar te gaan koken. 'Met elkaar' is het doel en dat betekent overleggen, inkopen en vragen aan elkaar wat je lekker vindt en hoe je zo iets klaar maakt.

Het is de bedoeling dat je samen met nog drie andere 'studenten' (want zo wordt je genoemd als je op de Academie een cursus doet) een menu maakt.

Samen boodschappen doen en koken

Het menu kan gewoon aardappelen en groenten zijn, maar kan ook Italiaans of Surinaams zijn.

Hebben jullie wat besloten met elkaar, dan haal je in de week die volgt de boodschappen.

Op de donderdagmiddag om 17.00 uur ga je dan met vrijwilligers koken om zo voor elkaar wat lekkers te maken.

We hebben drie vrijwilligers gevraagd. Zij komen om de beurt meehelpen, zodat we elke veertien dagen een kookworkshop kunnen aanbieden.



Wil je meedoen en sta je al ingeschreven bij de Academie?

Dan kan je je naam doorgeven aan Marco of Evelien en anders opgeven bij Michel van Tongeren (06-12517218).




De Waterjuffers
Restaurant

Zin om lekker iets te drinken? Of wil je komen lunchen? Kom dan langs bij Restaurant de Waterjuffers! Elke week hebben we een nieuw menu met verse soep en ander lekkers.

Geopend:
Ma t/m Zo van 10.00 tot 15.30
Lunch:
Ma t/m Vr van 11.30 tot 13.30

Colofon

Redactie

Anjo Koolen, Arianne van der Nagel, Esther Hessel, Ine Paauw, Jolanda Haasnoot, Manon van der Zwet, Michel van Tongeren, Ronald Voogt, Leo Klinkenberg

Coördinatie

Esther Hessel

Ontwerp en opmaak

Ready for take-off

Fotografie

Leo Klinkenberg, Marco van der Plas

Contact met de redactie

communicatie@hetraamwerk.nl

Onze krant is een uitgave van Raamwerk

Strandwal 2
2211 HT Noordwijkerhout
0252 34 56 78
www.hetraamwerk.nl
info@hetraamwerk.nl

Raamwerk