



**Zorgcombinatie Zwolle**

*waar je er als mens toe doet!*

## ZonnehuisNieuws



*In dit nummer o.a.:*

*Waar je er als mens toe doet!*

*Sint Maarten, Sint Maarten, de koeien ... ..*

*Van de afdeling ergotherapie: liggen*

Inhoudsopgave	Pagina
Voorwoord	3
Waar je er als mens toe doet!	4
Bericht van de Cliëntenraad	5
Nieuws uit de buurten: Stedenbuurt	6
Nieuws van dagvoorziening Stadshagen	8
Van de afdeling ergotherapie: liggen	8
Praktijk voor huid- en oedeemtherapie Streutker	10
Voedselveiligheid in het Zonnehuis	10
Feesten in de komende tijd	11
Sint Maarten, Sint Maarten, de koeien ... ..	13
Activiteiten Weteringstaete en Sans Soucis	13
Nieuws van het stadsteam Welzijn	14
Nieuws van de anders locaties	21
Communieviering	23
Kerkdiensten in december en januari	23
Wordt donateur van stichting Vrienden van het Zonnehuis	24

## Colofon

3<sup>e</sup> jaargang, nummer 17

### **ZonnehuisNieuws**

is een uitgave voor cliënten, bezoekers en vrijwilligers van Zorg- en Servicecentrum het Zonnehuis en voor bewoners van 't Hoge Huis, Sans Soucis en Weteringstaete te Zwolle

### **ZonnehuisNieuws**

verschijnt tweemaandelijks in een oplage van 700 exemplaren

### **ZonnehuisNieuws**

is ook te lezen op  
[www.zorgcombinatiezwolle.nl](http://www.zorgcombinatiezwolle.nl) > nieuws

### **Contactpersonen**

Linda Berends  
Corrie Bovenberg  
Frank Kodden  
Liane Ligthart (opmaak)

### **Redactieadres**

Het Zonnehuis  
Linda Berends, secretaresse  
Nijenhuislaan 175  
8043 WB Zwolle  
Telefoon: (038) 457 4301 of via e-mail:  
[L.Berends@zorgcombinatiezwolle.nl](mailto:L.Berends@zorgcombinatiezwolle.nl)

**Inleveren kopij volgende uitgave  
voor 09 januari 2012 (max. 1 A4)**

Zwolle, december 2011

## VOORWOORD

Geachte lezer,

Deze keer is het de eer aan mij om het ZonnehuisNieuws in te leiden met een voorwoord. Een voorwoord dat ik graag benut om u als lezer deelgenoot te maken van de beleidsvoornemens van Zorgcombinatie Zwolle voor het komende jaar.

Het loopt immers weer naar het eind van het jaar. Een natuurlijk moment om terug te kijken naar het afgelopen jaar, maar ook een natuurlijk moment om vooruit te kijken naar het jaar dat komen gaat.

Op het moment van schrijven van dit voorwoord is de begroting voor 2012 (op een haar na) opgetekend. De financiële uitgangspositie is gunstig te noemen door de extra gelden die het huidige kabinet ter beschikking stelt voor het aantrekken van extra personeel en het geven van een extra impuls voor scholing. De gelden zetten wij dankbaar en maximaal in voor de realisatie van "meer handen aan het bed" en voor het aantrekken en vasthouden van meer en hoger opgeleide zorgprofessionals.

Net als in een normaal huishouden is het goed om te weten hoe de inkomsten zich verhouden tot de (te verwachten) uitgaven om uiteindelijk een oordeel te kunnen vellen of er financiële ruimte is voor nieuw beleid. Zoals gezegd zal de ruimte voor 2012 ingezet worden voor de verdere borging van de kwaliteit van zorg en het verder optimaliseren van de cliëntveiligheid.

Zorgcombinatie Zwolle heeft zich het afgelopen jaar bezig gehouden met een inhoudelijke evaluatie van de (meerjaren)koers van de organisatie. Een groep "kartrekkers" is op verzoek van de Raad van Bestuur en onder leiding van de divisie manager Verzorgingshuiszorg, Thuiszorg en Dagvoorziening enthousiast aan de slag gegaan met een uitwerking van een (meer) herkenbare en richtinggevende visie en missie waarmee de organisatie de toekomst in kan. Heel nadrukkelijk heeft de groep kartrekkers hierbij gekozen voor een uitwerking die een directe relatie legt met ons bestaansrecht als organisatie en dus met kwaliteit van zorg.

Op 15 november vond de presentatie van deze conceptvisie en missie plaats. Tijdens de bijeenkomst is een beroep gedaan op alle collega's uit de dagelijkse praktijk om hun stem te laten horen en om met de Raad van Bestuur in gesprek te gaan over de gepresenteerde conceptvisie, missie en de te varen koers voor de toekomst.

We staan als organisatie met beide benen op de grond. We stellen de inhoud voorop en onze beroepshouding is hardwerkend en ontwikkelingsgericht. We bieden deskundige zorg en gaan uit van de uniciteit van ieder mens. We verbinden ons met anderen in een open samenwerking. We willen open, aanspreekbaar en betrouwbaar zijn, in de eerste plaats voor onze bewoners, cliënten en hun familie. Ook de cliëntenraad is voor ons een belangrijke partner.

Daarom zijn wij met de cliëntenraad in gesprek over de verbeterpunten naar aanleiding van de gehouden cliëntwaarderingsonderzoeken.

Voor medewerkers en vrijwilligers willen we een goed werkgever zijn. Bij Zorgcombinatie Zwolle zijn er ontwikkelingskansen, wordt je stem gehoord, zetten we ons in voor de juiste dingen en doen we betekenisvol en belangrijk werk. De organisatie laat zich immers door de inhoud leiden. We vinden onze inspiratie bij inhoud. Bewoners/cliënten en hun familie/mantelzorgers staan voor Zorgcombinatie Zwolle op de eerste plek.

We zien 2012 met vertrouwen tegemoet. Vanuit dat vooruitzicht wens ik u voor nu veel leesplezier en voor de periode die komen gaat gezellige feestdagen, een goede jaarwisseling en een gezegend 2012 toe.



*Met vriendelijke groet,  
Frank Kodden,  
lid Raad van Bestuur.*

## **WAAR JE ER ALS MENS TOE DOET!**

### **(Titus 3: 4 - 7)**

Ruim voordat Lukas zijn beschrijving van het kerstgebeuren op papier zette, schreef iemand anders er al over in een brief aan een vriend.

Hij schreef niets over Maria en Jozef, niets over herders en engelen, maar heel kernachtig vatte hij samen: 'Toen zijn de goedheid en mensenliefde van God, onze redder, openbaar geworden, en heeft Hij ons gered uit barmhartigheid'.

Wij voegen aan Kerst veel extra toe: verlichting en versiering, kaarsen en dennengroen, muziek en lekker eten misschien. Voor wie sfeergevoelig is, valt er veel te beleven, en wat is er tegen? Als maar niet die kern van het Kerstfeest onder dat alles bedolven en verloren raakt, als maar niet de verwondering daarover kansloos wordt gemaakt.

Met Kerst vieren wij de 'mensenliefde' van God, dáár gaat het om!

Dat woord valt op en trekt de aandacht. Mensenliefde, menslievendheid, 'Liefde tot de mensen' staat in de oude vertaling en in de oorspronkelijke Griekse tekst staat hier *philantropia*, een woord dat wij misschien ook wel kennen: *filantropie*, dat in het Latijn wordt vertaald met 'humanitas'.

De taal mag verschillen, de betekenis is gelijk en daar gaat het om: de mensenliefde van God is verschenen. In Bethlehem toont God zijn *filantropie*, zijn humanisme, zijn liefde voor de mensen!

Daar gaat het om met Kerst, daar gaat het om als de engel de herders grote blijdschap verkondigt, die heel het volk zal ten deel vallen.

De mensenliefde van God werd openbaar, schrijft Paulus aan Titus, zijn vriend. Niet overweldigend, wel overtuigend als kracht in zwakheid, weerloze overmacht van liefde, in de mens Jezus, van wie het Evangelie getuigt: 'Hij is rondgegaan weldoende, want God was met Hem 'Ja, God was met Hem, en in Hem is God met ons, Immanuël!

Daarin zien wij zijn goedheid en menslievendheid, en hoe serieus Hij ons mens-zijn neemt! Daar gaat het om met Kerst en dat mogen we vieren! Menslievendheid, in de Bijbel komt dat woord nog maar één keer meer voor. En dat is als mensen een aantal schipbreukelingen, zo staat er: 'buitengewone menslievendheid' bewijzen' (Hand. 28: 2). Wat doen ze? Ze steken een groot vuur aan en halen die verkleumde schipbreukelingen erbij om weer warm te worden en bij te komen.

Gods mensenliefde werkt –als het goed is– aanstekelijk en verwarmend, heel praktisch, medemenselijk, als een lopend vuurtje.

In Jezus is de menslievendheid van God verschenen, schrijft Paulus aan Titus, zijn vriend. En: zó heeft Hij ons gered! Gered om te redden, welteverstaan: door ook anderen uit te nodigen om bij dat grote vuur van Gods liefde warm te worden en bij te komen. Dan wordt het pas echt Kerstfeest en niet alleen in december ... ..

*ds. Gerhard Kruizinga.*

## BERICHT VAN DE CLIËNTENRAAD (CR)



Binnen het Zonnehuis is een CO-onderzoek (klanttevredenheids-onderzoek) uitgevoerd. Uit dit onderzoek is een aantal punten naar voren gekomen waarop intern maatregelen zullen worden genomen. De maatregelen zullen op basis van urgentie worden uitgevoerd en vervolgens worden geëvalueerd. De cliëntenraad heeft op deze te nemen maatregelen positief gereageerd. Uiteraard moeten de maatregelen zich in de praktijk waarmaken. De cliëntenraad zal de ontwikkelingen kritisch maar positief volgen.

De cliëntenraad is door het Zonnehuis geïnformeerd over de problematiek rondom het zwembad. De afgelopen periode is er een aantal problemen ontstaan zoals defecte pompen en schade aan de coating laag. Daarnaast is de exploitatie niet kostendekkend. De cliëntenraad heeft het Zonnehuis gevraagd om naar mogelijkheden te zoeken om de huidige situatie op te lossen zodat een eventuele sluiting kan worden voorkomen. De cliëntenraad zal hierover op korte termijn door het Zonnehuis worden geïnformeerd.

De cliëntenraad is betrokken bij de aanleg van de binnentuin achter de receptie. Er is een werkgroep geformeerd die samen met tuinarchitect Pierik uit Zwolle hiervoor een ontwerp zal maken. Er zijn door de werkgroep al ideeën ingebracht en deze zullen zoveel mogelijk in de plannen worden meegenomen. Vanuit de cliëntenraad is met name gekeken naar de toegankelijkheid en de meerwaarde voor de cliënt. Naar verwachting zullen de plannen in februari/maart 2012 worden gepresenteerd. De realisatie zal dan in het voorjaar van 2012 plaatsvinden.

De cliëntenraad zal de ontwikkelingen binnen het Zonnehuis volgen en de belangen van cliënten/familie daarin bewaken en waar mogelijk informeren. Hebt u nog vragen dan horen wij dat graag per e-mail of brief.

*Met vriendelijke groet,  
namens de CR,*

*R. Vogelzang.*

Voor informatie en/of vragen is de cliëntenraad iedere woensdagochtend van 10:00 tot 12:00 uur bereikbaar via de receptie van het Zonnehuis, tel. 038 – 4 574 574 of via mobiel 06 – 4800 8397.

*G.J.H. Meenhorst, voorzitter.*

## NIEUWS UIT DE BUURTEN



### Stedenbuurt

#### Naar Imca Marina

Op 3 september jl., het zonnetje scheen en het was stralend weer, stond het optreden van Imca Marina en anderen gepland. Wandelend vertrokken we vanuit het Zonnehuis, onder begeleiding van vrijwilligers en medewerkers, met de bewoners van de Stedenbuurt naar het cultuurhuis in Stadshagen. Daar was namelijk het optreden van o.a. Imca Marina.

Om 9:30 uur waren we aanwezig, dus mooi op tijd om een goeie plaats uit te zoeken.

In het cultuurhuis aangekomen werden we met koffie of thee verwelkomd en begon het programma met een optreden van het salonorkest **Spoon** uit Dalfsen. Misschien wel leuk om te weten dat deze naam refereert aan een drankje dat tussen de maaltijden door geserveerd werd in de decadente jaren rond 1920. Terwijl het orkest speelde werden er op het grote scherm dia's vertoond van het oude Zwolle. Deze dia's waren door het Historisch Centrum Overijssel (HCO) ter beschikking gesteld. Voor de geboren Zwollenaren onder ons waren veel dia's heel herkenbaar.

Nadat het salonorkest ons ongeveer 45 minuten had vermaakt, kregen we drie jonge zangtalenten te horen.

**The Apple Trio**, dat het "Stadshagen got talent festival" had gewonnen, liet ons genieten van prachtige tienerstemmen.

En toen ... .. de klapper waar we natuurlijk voor kwamen: **Imca Marina**. De sfeer zat er gelijk goed in. Sommige bewoners werden naar voren gehaald om haar terzijde te staan tijdens het optreden.

Na veel geklap en luidkeels gezang van iedereen was het feestgebeuren om 12:00 uur afgelopen.

Tot slot maakte Imca Marina nog tijd vrij om met bewoners op de foto te gaan.

Een warme en toegankelijke vrouw. Imca Marina nam alle tijd voor ons.

Moe en voldaan van het klappen en zingen vertrokken we om 12:30 uur weer richting het Zonnehuis.



Kortom een hele leuke ochtend en vrijwilligers: bedankt voor jullie medewerking.

*Gonny Gerrits.*

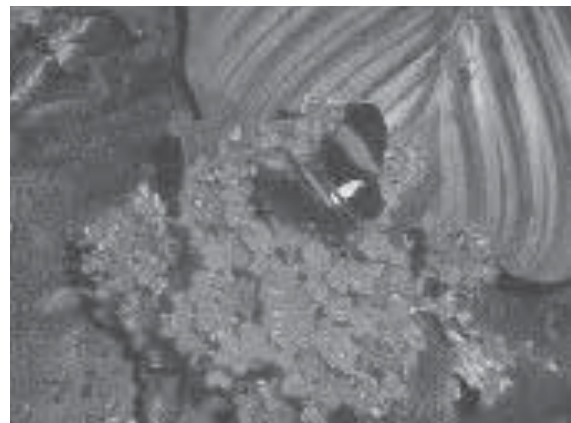
## Een uitje naar de Orchideeën-hoeve

Maandag 7 november jl. gingen vier cliënten van de Hasseltstraat met begeleiding naar een Tropisch Paradijs en wel naar de Orchideeënhoeve in Luttelgeest.



We gingen met een rolstoelbus via Hasselt, Zwartsluis, Vollenhove, naar de Polder. Buiten was het mistig en triest weer, maar eenmaal binnen was het heerlijk tropisch in de wondere wereld van vlinders en orchideeën.

De vlindervallei is Europa's grootste vlindertuin. Er vliegen meer dan 2000 vlinders.



Orchideeën waren er in allerlei soorten en kleuren. Ze waren in de vele kassen waarin ze gekweekt worden te bewonderen.



We keken onze ogen uit en zijn zelfs twee keer rond gelopen. Iedere keer zagen we tot onze verrassing weer nieuwe dingen.

Na het bekijken van de vlinders en de orchideeën namen we in het restaurant nog wat lekkers. Tot slot werd er in de winkel bij de orchideeënhoeve nog wat rondgesnuffeld en inkopen gedaan. Het was voor herhaling vatbaar. De cliënten hebben genoten.

*Met vriendelijke groeten,  
Aly Overweg.*

## **NIEUWS VAN DAG- VOORZIENING STADSHAGEN**

### **Huifkartocht**

Dankzij de Vrienden van het Zonnehuis hebben wij meerdere keren een heerlijke huifkartocht kunnen maken.

Onze cliënten hebben er enorm van genoten.

Het was heerlijk om in het warme nazomerweer de wind door de haren te voelen onder het genot van een prachtige omgeving.



Namens de bezoekers van dagvoorziening Stadshagen hiervoor onze hartelijke dank en mocht de mogelijkheid zich voordoen, dan houden wij ons aanbevolen.

*Team dagvoorziening.*

## **VAN DE AFDELING ERGOTHERAPIE - LIGGEN**

### **Het belang van een goede lighouding**

Een groot deel van de dag brengen we liggend door. Wanneer we uitgerust willen zijn is het belangrijk dat we prettig kunnen liggen in bed. Op die manier kunnen we ontspannen en slapen we dieper.

Mensen in een gezond lichaam kunnen zelf nog draaien in bed en dit doen we gemiddeld zo'n 30 keer per nacht.

Op deze manier zorgt ons lichaam er zelf voor dat we ons comfortabel voelen, maar ook dat ons lichaam niet vervormt door de zwaartekracht of wondjes krijgt van het liggen.

### **Zwaartekracht**

Zwaartekracht werkt 24 uur per dag in op ons lichaam.

Op het moment dat we slapen en dus ontspannen zijn, heeft de zwaartekracht het meeste effect op onze botten, omdat onze spieren de botten op dat moment het minst ondersteunen.

Wanneer we altijd in dezelfde houding in bed liggen, betekent dit dat onze botten (bijvoorbeeld onze ribben) ook altijd op dezelfde manier druk opvangen en op een gegeven moment zullen ze mee gaan buigen, waardoor de lichaamsvorm verandert. Daarnaast vormen de spieren zich ook steeds meer naar deze nieuwe lichaamshouding. Er is dan sprake van een vergroeide houding.

Hierdoor wordt anders liggen steeds lastiger en ook minder comfortabel.

### **De invloed van liggen op andere gebieden**

Uiteindelijk gaat dit ook invloed hebben op bijvoorbeeld het lopen en de zithouding: mensen kunnen niet meer rechtop lopen of zitten iets gebogen over de armleuning van de stoel. Hierdoor wordt het eten en drinken ook weer lastiger, er wordt bijvoorbeeld vaker geknoeid.

Wanneer we minder comfortabel liggen, zullen we ook minder uitgerust zijn, wat ook zijn weerslag op de dag heeft.

### **Wat is een goede lighouding?**

We liggen goed als we symmetrisch liggen, dit wil zeggen dat er geen buigingen of draaiingen in de romp voorkomen. Ook is het van belang dat het lichaam optimaal ondersteund wordt, dat wil zeggen dat er geen ruimte is tussen het lichaam en het matras of kussen. Op deze manier heeft de zwaartekracht minder werking op het lichaam.

Daarnaast is het van belang dat we regelmatig van houding veranderen.

### **Ergotherapie en liggen**

Als ergotherapeut worden wij regelmatig gevraagd om mee te kijken bij de lighouding van cliënten.

De reden hiervoor is dan vaak dat de cliënt spanning opbouwt (harde spieren), de benen niet meer volledig kan strekken of wondjes heeft op bijvoorbeeld stuit, heup of hielen.

Ook komt het voor dat we gevraagd worden om bijvoorbeeld mee te kijken naar de zithouding van een cliënt of als het eten moeizaam gaat doordat de cliënt voorover of opzij gebogen zit. Het kan zijn dat we vanuit deze vragen uiteindelijk toch gaan kijken naar de lighouding, omdat deze het beste beïnvloed kan worden en de problemen daar meestal beginnen.

Ergotherapeuten onderzoeken wat het probleem bij het liggen precies is en van daaruit geven we de verzorging en cliënt instructies om het liggen te verbeteren en regelen de middelen die nodig zijn om dit te bewerkstelligen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan kussens met een afwijkend formaat of gevuld met korrels of een hele ligorthese.

Dit doen wij allemaal met als doel de cliënt meer rust en comfort te bieden of bijvoorbeeld vergroeide houdingen te verminderen of te voorkomen.

*Team Ergotherapie,*

*Hans Beusen, Linda Kappert, Margret Kosse, Patricia van der Wal, Lisette van der Mijl en Tanja van der Linde.*

## **PRAKTIJK VOOR HUID- EN OEDEEMTHERAPIE STREUTKER**

In het Zonnehuis wordt een ruimte verhuurd aan praktijk voor huid- en oedeemtherapie Streutker. Dit betreft een praktijk die een ruimte huurt in het Zonnehuis, maar geen onderdeel uitmaakt van de Zorgcombinatie Zwolle.

De huidtherapeute, mevrouw Melanie van Hooff, is o.a. deskundig in het aanmeten van borstprotheses en bh's voor mensen na de behandeling van borstkanker. Daarnaast is zij gespecialiseerd in de behandeling van overbeharing door lasertherapie of elektrische epilatie. Couperose en pigmentvlekken kunnen met lasertherapie worden aangepakt. De kosten van deze behandelingen vallen niet onder de AWBZ zorg.

Voor meer informatie: Melanie van Hoof, via telefoon 06 – 53 54 47 29 of op [www.uwhuidonzezorg.nl](http://www.uwhuidonzezorg.nl).

## **VOEDSELVEILIGHEID IN HET ZONNEHUIS**

Dagelijks maken veel mensen gebruik van de Plaza van het Zonnehuis, het is er vaak druk. De een komt voor een kop koffie, de ander voor een volledige maaltijd. Onze gasten zijn divers; bewoners, bezoekers van bewoners, mensen uit de buurt en natuurlijk ook vrijwilligers en medewerkers. Vanuit de keuken worden veel verschillende gerechten gemaakt, variërend van een kop soep tot een buffet. Voedselveiligheid is hierbij voor de medewerkers van de keuken een continu aandachtspunt.

Binnen de straten van het Zonnehuis speelt eten en drinken ook een grote rol en ook hier is veilig werken met eten drinken een belangrijk punt.

In Nederland is de HACCP wetgeving al zo'n 15 jaar van kracht. In deze wet is geregeld dat als je met eten en drinken werkt, je dat op een veilige manier moet doen. Dit is goed, omdat je zo voorkomt dat mensen ziek worden van eten en drinken.

Iedere handeling binnen de keuken behoort tot een bepaald proces. Binnen de voedingsverzorging kennen we 12 deelprocessen, bijvoorbeeld ontvangst van producten, de bereiding, opslag/ bewaren van producten. Het HACCP systeem is er op gericht dat we de risico's in kaart brengen en daar vervolgens goed mee omgaan.

Voor ieder proces hebben we richtlijnen.

Regelmatig vullen we formulieren in waarbij we controleren of we aan die richtlijnen voldoen. Zo controleren we onszelf.

Dit heeft ertoe geleid dat we al twee jaar het Hygiene OK certificaat hebben voor alle locaties van Zorgcombinatie Zwolle.



Twee keer per jaar komt er in het Zonnehuis een extern bureau onaangekondigd een audit doen. Zij doen deze audit volgens de keuringscriteria 'Hygiëncode voor de Voedingsverzorging in Zorginstellingen en Defensie'.

Een hele mond vol zult u denken ... .. en wat houdt dat nou in gewoon Nederlands in?

Het bureau huren we in om controle-rondes te houden in de keuken en de kleine keukens van de buurten. Het doel van deze rondes is het controleren of we voldoen aan de eisen die worden gesteld ten aanzien van het verantwoord omgaan met voedsel.

Ook komt de Keuringsdienst van Waren voor controle bij ons op bezoek.

Het externe bedrijf doet een visuele inspectie. Het neemt monsters van gerechten en bekijkt of producten op de juiste temperatuur worden bewaard en bereid. Ook wordt er met een sterke lamp die blauw licht schijnt gekeken of er goed wordt schoongemaakt. De inspectie vindt plaats in de keuken van de Plaza, maar ook op alle afdelingen.

Een paar weken na de controleronde volgt er een rapport met conclusies en aanbevelingen. Er zit altijd wel een puntje bij dat verbeterd kan worden. Zo blijven we ons ontwikkelen.

Bij de laatste controleronde viel een straat in positieve zin op. De Ommenstraat scoorde erg goed. Op alle onderdelen scoorde deze straat een voldoende. Totaal 100% en dat was nog nooit eerder voorgekomen. Dit was natuurlijk een traktatie waard. Monique Middelkamp heeft vanuit haar functie van teammanager voor de Stedenbuurt een grote slagroomtaart in ontvangst genomen.

Monique en natuurlijk alle medewerkers van de Ommenstraat: nogmaals van harte gefeliciteerd met dit mooie resultaat!

*Ingrid Dijkslag en Edwin Bevers  
(Facilitair bedrijf)*

## FEESTEN IN DE KOMENDE TIJD

**Advent** heet de periode van vier weken voor **Kerst**, het feest van de geboorte van Christus.

Christenen zagen zijn komst (het Latijnse woord is Adventus) al door de profeten van Israël voorzien; daarom luidt de versregel ook: 'Davids zoon, lang verwacht'.

Vanouds was de Adventstijd een periode van voorbereiding, van inkeer en boetedoening en dat is het voor de kerk min of meer nog. De eerste Adventszondag is dit jaar 27 november, waarna er nog drie volgen. Met Advent begint een nieuw kerkelijk jaar; dat eindigt met de laatste zondag voor Advent, waarop veel protestantse kerken hun doden gedenken.

Er zijn vele tradities ontstaan om die spannende wachttijd in stukjes op te delen.

Bijvoorbeeld de Adventskalender, waarvan elke avond één luikje geopend mag worden en een passend verhaaltje gelezen. Achter het laatste luikje zit meestal de afbeelding van Maria, Jozef en het kindje Jezus. Dat gaat open op Kerstavond (24 dec.) en dan wordt het geboorteverhaal verteld.

Een bekend symbool voor de Adventstijd is ook wel de krans van dennentakken met vier kaarsen, waarvan er elke Adventszondag één meer mag branden. Het dennengroen verwijst naar de Kerstboom, terwijl deze kleur ook staat voor levenskracht, nieuw leven.

De cirkel stelt Gods eeuwige liefde voor, terwijl een krans ook te maken heeft met huldiging en kroning. De witte kaarsen verwijzen naar de liturgische kleur van Kerst.

Nu de commercie meteen na Sinterklaas alles al in Kerstsfeer zet, komt de Adventstijd als spannende wachttijd helaas minder tot z'n recht, althans buiten de kerk. Onze cultuur heeft niet veel geduld.

**Kerstmis** (kath.) **of kerstfeest** (prot.) is op (24), 25 en 26 december. Uit het Evangelie naar Lukas wordt dan gelezen over Jozef en Maria, die voor een volkstelling op keizerlijk bevel naar hun plaats van herkomst reizen, vanwege de drukte in Bethlehem in geen herberg maar slechts in een stal nog onderdak vinden, waar dan het kind wordt geboren. In veel kerken is op Kerstavond al een dienst, waarmee de Kersttijd feitelijk begint om op 1 januari (de 'octaaf', achtste dag van Kerst) te eindigen (besnijdenis en naamgeving: Jezus = de Heer bevrijdt).

Oude Germaanse gewoonten zoals het branden van vuren in deze donkerste tijd van het jaar zien we nog terug in de brandende kaarsen en lichtjes in de kerstboom, die we sinds de 19<sup>de</sup> eeuw van onze Oosterburen hebben overgenomen. Met het afnemend religieuze en toenemend commerciële karakter van Kerst zien we meer accent op de kerstsfeer, het geven van cadeaus, al dan niet met kerstman en rendier.

### **Oud en Nieuw**

Op **31 december** nemen we afscheid van het oude jaar en op **1 januari** verwelkomen we het nieuwe.

Ook toen er in Nederland nog geen vuurwerk was, gebeurde dat al met veel kabaal en vuur. Oliebollen eten we pas sinds een jaar of vierhonderd. Misschien omdat er vroeger met Nieuwjaar vet brood aan de goden werd geofferd, maar waarschijnlijk ook om de buik te spekken voor de rest van de winter. Elkaar een gelukkig nieuwjaar wensen is al een eeuwenoude traditie.

De Romeinen vierden hun Nieuwjaar op 1 januari met veel eten en drinken. De kerk keerde zich tegen die festiviteiten en wees Kerst aan als begin van het nieuwe jaar, maar de mensen bleven Oud en Nieuw luidruchtig vieren. Op den duur gaf de kerk haar verzet op. In protestantse kerken is er op Oudejaarsavond een kerkdienst, waarin soms ook nog wel de overledenen worden herdacht van het afgelopen (kalender!) jaar. In protestantse gezinnen wordt op Oudejaarsavond de overgang van oud naar nieuw ook wel vorm gegeven met bijbellezing en gebed; psalm 90 heeft daar z'n bijnaam 'oudejaarspsalm' aan te danken.

Op 6 januari -**Drie Koningen**- begint in de kerk het feest van de verschijning of openbaarwording van de Heer (Epifanie). Wijzen uit het Oosten volgen een bijzondere ster, die hen leidt naar Bethlehem. Zij erkennen Jezus daar als Christus / Messias voor alle volken. In de Bijbel is slechts sprake van (anonieme) 'wijzen uit het Oosten', maar de traditie heeft er een drietal koningen van gemaakt met de namen Melchior, Caspar en Balthasar.

In de kunst zijn ze wel afgebeeld als oud, middelbaar en jong, waarmee ze staan voor alle leeftijden, alle mensen. Ze werden bovendien gezien als vertegenwoordigers van de toen bekende werelddelen: Europa, Azië en Afrika, en hun geschenken stonden symbool voor aspecten van Jezus: goud voor het Koninklijke, wierook voor het goddelijke en mirre voor het menselijke. Op de 'octaaf' van Epifanie wordt vanouds de doop van Jezus gevierd, in feite al weer verwijzend naar Pasen.

*ds. Gerhard Kruizinga.*

## *SINT MAARTEN, SINT MAARTEN, DE KOEIEN ... ..*

Op vrijdag 11 november 2011 was het Sint Maarten.

Vanuit de buurt kwamen de kinderen zingen voor onze bewoners.

Op de afdeling was het dan ook een gezellige boel.

Op dit onverwachte, gezellige bezoek was niet gerekend maar toch was er een bewoner die na afloop voor de kinderen een kleine traktatie had.



*Groeten vanuit het Servicepunt.*

## *ACTIVITEITEN WETERING- STAETE en SANS SOUCIS*

Maandagmiddag en woensdagmiddag:

Activiteit:	Fitness
Plaats:	Fysioruimte
Kosten:	€ 75 voor 15 lessen
Tijd:	15:15 uur tot 16:15 uur
Opgave:	Balie Fysiotherapie

Dinsdagmorgen:

Activiteit: Koffie-uurtje  
Weteringstaete  
Plaats: Plaza  
Tijd: 10:00 uur tot 11:00 uur  
Iedereen is welkom!!

Dinsdagavond:

Activiteit: Filmavond  
Plaats: Muinckzaal  
Uitnodiging wordt verstuurd  
Tijd: Iedere eerste dinsdag van de maand

Woensdagmorgen:

Activiteit: Fitgym  
Plaats: Activiteitenruimte  
Zonnehuis  
Tijd: 09:15 uur tot 10:00 uur  
Kosten: € 36,15 voor 15 lessen

Woensdagmiddag:

Activiteit: Spelmiddag  
Plaats: Activiteitenruimte  
Zonnehuis  
Tijd: 14:30 uur tot 16:00 uur

Donderdagmorgen:

Activiteit: Koffie-uurtje Sans Soucis  
Plaats: lounge Sans Soucis  
Tijd: 10:00 uur tot 11:00 uur

Vrijdagmiddag:

Activiteit: Bingo  
Plaats: Muinckzaal Zonnehuis  
Tijd: 15:00 uur tot 16:00 uur

**Iedere laatste woensdag van de maand:** gezamenlijk eten voor de bewoners van het Hoge Huis, Weteringstaete en Sans Soucis

Let op: met ingang van januari 2012 vindt deze gezamenlijke maaltijd plaats op de laatste **donderdag** van de maand.



*NIEUWS VAN HET  
STADSTEAM WELZIJN*

De maand december is altijd een gezellige en drukke maand, voor zowel de bewoners als de medewerkers.



**Sinterklaasfeest**

Elke huiskamer viert Sinterklaas. Daarnaast is er op **donderdag 1 december a.s.** een gezamenlijke Sinterklaasviering in de Plaza waar u allen natuurlijk van harte welkom bent!

Uit betrouwbare bron hebben we vernomen dat Sinterklaas moeite heeft om dit jaar voldoende Pieten vrij te maken om hem te vergezellen naar het Zonnehuis. Dus of hij komt alleen of ... Henk Horstman zal tijdens deze ochtend de muziek weer verzorgen.

### **Vrijwilligersochtend op vrijdag 2 december a.s.**

Op vrijdag 2 december a.s. is er voor de vrijwilligers van het Stadsteam Welzijn, het facilitair bedrijf en de geestelijke verzorging een gezellige ochtend.

Tijd: 10:00 tot 12:00 uur.

Plaats: Muinckzaal.

Na afloop is er voor alle vrijwilligers een kop heerlijke snert.

In het programmaoverzicht kunt u zien dat er naast de Kerstmaaltijden, die dit jaar zowel in de Muinckzaal als in de huiskamers plaatsvinden, veel activiteiten worden georganiseerd.

Dit jaar krijgen we hulp van medewerkers van de **ABN AMRO** die ons komen helpen om de Plaza "Sintproof" te maken en wordt er een sjoelwedstrijd georganiseerd tijdens de najaarsmarkt.

Medewerkers: alvast hartelijk dank voor jullie inzet en hulp.

Op dinsdag 29 november a.s. komen medewerkers van **Achmea** een hele dag om leuke dingen te doen. Er wordt gestart met een leuke Sinterklaasbingo. Daarna gaan zij pannenkoeken bakken en verzorgen zij ook nog een gezellige middag!

We willen hen hierbij alvast hartelijk bedanken voor hun inzet en hulp!

De **kerststal** die vorig jaar door de heer Tulen is gemaakt, zal ook dit jaar weer in de hal worden neergezet. Daarnaast komt er een kleine kerststal in de Muinckzaal. De oude beelden hebben we als cadeau ontvangen en de heer Tulen heeft hiervoor een mooie stal gemaakt.



Op **Oudejaarsdag** komen Harm Wolters en Peter Vader geheel gratis optreden met het programma **Hij was maar een clown ... ..!** Het optreden is van 10:30 uur tot 11:30 uur.



Peter Vader



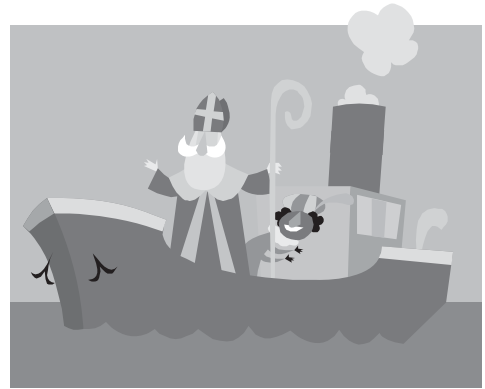
Harm Wolters

## Activiteitenprogramma

Iedere maand proberen we een aantrekkelijk activiteiten aanbod samen te stellen. Deze activiteiten worden bekend gemaakt via maandaffiche die op de buurt/straat hangen en via het ZonnehuisNieuws.

### December

- 01 Sinterklaas op de Plaza voor alle buurten  
Tijd: 10:30 tot 11:30 uur  
Ontvangst met koffie/thee/warme chocomelk, met een lekkere traktatie.  
Afsluiting erwtensoep, roggebrood met spek voor wie wil (vrijwilligers, teamleden enz.).  
Op de buurt staat de erwtensoep ook klaar.  
Opgeven voor de Plaza is mogelijk via een e-mail naar Ingrid Dijkslag.



- 02 Gezellige ochtend voor vrijwilligers van de Plaza, Welzijn en Geestelijke verzorging  
Tijd: vanaf 10.00 uur  
Plaats: de Muinckzaal



- 05 Sinterklaas op de buurten  
**Geen verenigingen**
- 10 Film  
Tijd: 10:30 uur  
Plaats: Muickzaal
- 12 Optreden Koperformatie Fanfare  
Tijd: 19:30 uur
- 17 Creatief met Kerst (opgave)  
Tijd: 10:30 uur  
Plaats: Muinckzaal
- 19 Optreden accordeonvereniging  
Tijd: 19:00 uur
- 19, 20, 21 en 22 Kerstmaaltijden van de buurten  
**geen verenigingen** (wel buurt-activiteiten op de middagen)

- 23 Kerstzangdienst in de kerk  
10:30 tot 11:30 uur  
Plaats: Kerk  
Iedereen is van harte welkom!

**In de week van 22 december tot en met 30 december a.s. zijn er geen verenigingen.**



- 26 tweede kerstdag: optreden  
mandoline orkest  
Tijd: 10:15 uur tot 11:15 uur  
Plaats: Plaza
- 28 Stappen in het verleden; met  
filmbeelden en liedjes door Henry  
Ringeling van Historing  
Westenholte  
Tijd: 10:30 uur tot 11:30 uur
- 31 Optreden Harm Wolters en Peter  
Vader in de Plaza: 'Hij was maar  
een clown'.  
Tijd: 10:30 tot 11:30 uur
- 31 Kerkdienst  
Tijd: 16:00 uur



## Donderdagmorgen inloopsoos jongeren

Elke donderdagmorgen is er een inloopsoos voor de jongeren die in het Zonnehuis verblijven.

Iedereen kan zelf aangeven wat hij/zij leuk vindt om te doen. Er zijn veel verschillende mogelijkheden waaruit gekozen kan worden, zoals:

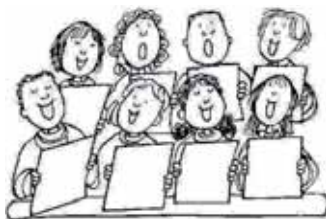
- Schilderen;
- Werken met houtskool;
- Verschillende soorten spellen;
- Wii spelcomputer, hierop kan bijvoorbeeld gebowld worden;
- Braintrainer; met dit computer-programma krijg je allerlei vragen te zien en kun je door het aanraken van het scherm het antwoord geven. De vragen gaan van makkelijk naar heel moeilijk en de braintrainer is eenvoudig in gebruik.

Lijkt dit je wat en heb je zin om een keer te kijken of om mee te doen, kom dan gerust eens langs!

## Verenigingen

Er zijn in totaal negen verenigingen. Bewoners kunnen zich via de medewerkers op de buurt opgeven. De verenigingen komen iedere ochtend bijeen van 10:30 tot 11:30 uur.

## **MAANDAG**



### **Zangvereniging 'Toontje lager'**

Plaats: de Muinckzaal



### **Muziek luisteren en maken**

Plaats: de activiteitenruimte



### **Mannenvereniging**

Plaats: de activiteitenruimte

## **DONDERDAG**

### **Individuele dagbesteding**

Plaats: de Muinckzaal

### **Natuurvereniging**



Plaats: de activiteitenruimte

## **DINSDAG**

### **Volksdansen**

Plaats: de Muinckzaal



### **Bingo**

Plaats: activiteitenruimte

## **VRIJDAG**



### **Geestelijk koor: zingend naar de zondag**

Plaats: de Muinckzaal

## **WOENSDAG**



### **Hobbyvereniging**

Plaats: de Muinckzaal

## Terugblik verenigingen



Een schilderij maken op de creatief club.



Greet de accordeonist bezoekt de Havenbuurt.



Samen een spiegeldoos maken.

## Mobiliteitsteam

Studenten van Landstede van de opleiding Zorg en Welzijn helpen met de bewoners van en naar de activiteiten te brengen.

Elke ochtend zijn vijf studenten aanwezig.



## Oproep

Wij zijn voor een bewoner op zoek naar kleine bolletjes wol.

U kunt ze afgeven bij team Welzijn of neerleggen in de activiteitenruimte.

## Spelothek

Sinds 1 januari 2011 is de spelothek in het Zonnehuis geopend.

De spelothek heeft veel spelmaterialen voor ontspanning en spelmateriaal voor bewoners met dementie met de bedoeling herinneringen op te halen en het geheugen te stimuleren.

## Openingstijden

Maandag : van 9:30 tot 11:30 uur.

Vrijdag : van 9:00 tot 12:00 uur.

Voor meer informatie en/of een afspraak kunt u bellen op maandag- en vrijdagochtend.

Telefoon: (038) 457 4351 of 457 4311 of 4574667.

Per mail zijn wij bereikbaar:  
spelotheek@zorgcombinatiezwolle.nl.

### **Spelotheekkar**

Elke maandag van 10:30 tot 11:30 uur worden de buurten bezocht door de spelotheekkar.

### **Workshop**

Op aanvraag verzorgen wij een workshop voor vrijwilligers: omgaan met spelmateriaal.

De spelotheek is mede mogelijk gemaakt door de Vrienden van het Zonnehuis en sponsoring van de Rabobank.

### **Kleine cadeautjes kraam**



Elke laatste woensdag van de maand staat op de Plaza de kleine cadeautjeskraam, van 10:00 tot 16:00 uur.

### **Exposities**

Regelmatig vinden er exposities plaats in het Zonnehuis, in de gang naast de fysioruimte. Voor informatie kunt u contact opnemen met Corrie Bovenberg (telefoon (038) 457 4312).

### **Het Hagenhuus**

Dit is een dagcentrum voor (jong) volwassenen met een verstandelijke en/of meervoudige beperking. Een keer in de twee maanden staat het dagcentrum Het Hagenhuus met een kraam op de Plaza, op woensdag van 12:00 tot 15:00 uur om de spullen die zij maken te laten zien en te verkopen.

### **Wandelroute**

Dankzij ondersteuning van de Vrienden van het Zonnehuis kunt u een wandelroute volgen naar de wijkboerderij of het winkelcentrum van Stadshagen. De wandelroute start bij de hoofdingang van het Zonnehuis. U ziet aan uw rechterhand, wanneer u de uitgang verlaat, rechts het eerste routebord en verderop een bord met een overzichtsk kaart van de wijk Stadshagen.



**Als Stadsteam Welzijn willen we iedereen die ons afgelopen jaar geholpen heeft, heel hartelijk bedanken en u allen alle goeds toewensen voor het jaar 2012!!**



*Voor meer informatie en/of vragen:  
Corrie Bovenberg, teammanager welzijn,  
telefoon (038) 457 4312.*

## **NIEUWS VAN DE ANDERE LOCATIES**

### **Van de architect van de Esdoorn**

Wij hadden de eer de Esdoorn te mogen bouwen. En weet u, er is met man en macht gewerkt aan de nieuwe Esdoorn. Mensen die de bouw live hebben gevolgd hebben het gebouw zien groeien.



Eerst maar even kennis maken. Mijn naam is Ronald Wieggers en ik ben architect bij Het Architectenhuis.

Het Architectenhuis is vanaf haar bestaan (1966) betrokken geweest bij de realisatie van woningbouw, woonzorgprojecten, verpleeghuizen, kantoorgebouwen, scholen en kerkgebouwen variërend in bouwkosten van € 20.000,- tot € 30.000.000,-. Wij hebben gemiddeld 14 vaste medewerkers in dienst.

### **Onze werkwijze**

Om bij elke opgave steeds opnieuw in te spelen op een andere vraag, andere locatie, anders gearde mensen en een ander budget inspireert ons.

### **Onze dienstverlening**

Het Architectenhuis beoogt een vorm van dienstverlening, die een zo breed mogelijk gebied van de gebouwde omgeving omvat.

Onderdelen van dit gebied zijn huisvestingsadviezen, haalbaarheids-onderzoeken, ontwerpen, bouw-management en technische ondersteuning, studies naar nieuwe woonvormen, hergebruik van gebouwen en toepassing van duurzame energie.

### **Onze medewerkers**

Wij hebben flexibele en multi-inzetbare medewerkers. Onze medewerkers zijn bouwkundig onderlegd en hebben de bereidheid om samen met anderen gecompliceerde problemen op te lossen.

### **De Esdoorn ... .. een project om trots op te zijn!**



Zoals gezegd is er met man en macht gewerkt aan de nieuwe Esdoorn. Veel werkzaamheden onttrekken zich ook aan ieders zicht en veel zaken zijn over de bouw te melden die men zich niet snel realiseert.

Om daar enig idee van te geven hebben we enkele weetjes op een rij gezet.

Wist u dat:

- Op 24 mei 2006 door ondertekening van een samenwerkingsovereenkomst een eerste start is gemaakt met realisatie van de nieuwbouw van de Esdoorn;
- Er onder de nieuwe Esdoorn 125 heipalen van de oude Esdoorn in de grond zijn blijven zitten;
- Er 230 nieuwe mortelschroefpalen onder de nieuwbouw zijn geboord;
- De palen in lengte variëren van 14 tot 19 meter;
- Er 2.920 m<sup>3</sup> grond is afgevoerd;
- Er 283,5 dagen is gebouwd aan de Esdoorn;
- Er 71,5 onwerkbaar dagen waren: onwerkbaar dagen wil zeggen dat er vakantie, vorstverlet of regenverlet is;
- Er in 4 fases bomen zijn gekapt, eerst 31, daarna 6, 18 en 4;
- Er 2 bomen in de entree zijn blijven staan;
- Er nieuwe bomen terug worden geplant om een groene omgeving te creëren;
- De geluidsschermen gedurende de bouw zijn vergroot, omdat de normen voor geluidbelasting gedurende de bouw omhoog zijn gegaan;
- Het gebouw in totaal 8.427 m<sup>2</sup> groot is en 26.052 m<sup>3</sup> bevat;
- Er 226.000 bakstenen zijn gemetseld;
- Er 2.133 m<sup>3</sup> beton is gestort;
- Er 567 binnendeuren zijn afgehangen;
- Er 6.520 m<sup>2</sup> vloerafwerking is gelegd;
- Er in al die tijd met al dat werk slechts twee blessures zijn te melden;
- Deze personen het goed maken;

- Er voor de bouw alleen al 43 bedrijven werkzaam waren in, om, op en aan de Esdoorn;
- Al deze bedrijven samen zo'n 283 mensen op de bouw hebben gehad;
- Deze mensen samen 3500 liter koffie hebben gedronken in 1 manjaar aan koffiepauzes.

Tot zover de weetjes.



*Met vriendelijke groet,  
namens Het Architectenhuis,*

*Ronald Wieggers.*

## COMMUNIEVIERING

Op zondag wordt vanaf 09:45 uur de Muinckzaal voor de communieviering ingericht. Vanaf 09:45 uur worden de katholieke bewoners door de vrijwilligers opgehaald. De communieviering begint om **10.10 uur** en duurt ongeveer 20 minuten. Aansluitend worden de bezoekers weer teruggebracht.

## KERKDIENTEN

Aan de kerkdienst kunnen alle cliënten van het Zonnehuis en hun familie deelnemen.

Aanvangstijd: 11:30 uur, in de kerk bij het Zonnehuis.

### December

- 04 Ds. G.L. Kruizinga  
**2<sup>e</sup> Advent**
- 11 Mw. B.O. van de Loosdrecht  
**3<sup>e</sup> Advent**
- 18 Ds. G.L. Kruizinga  
**Heilig Avondmaal**  
**4<sup>e</sup> Advent**
- 25 Mw. B.O. van de Loosdrecht  
**1<sup>e</sup> Kerstdag**
- 31 Ds. G.L. Kruizinga  
**Oudjaar**  
**om 16:00 uur!**

### Januari

- 01 Ds. G.L. Kruizinga  
**Nieuwjaar**
- 08 Pastor J. Groot
- 15 Ds. G.L. Kruizinga
- 22 Ds. H.C. Mijnders
- 29 Ds. G.L. Kruizinga

**WORDT DONATEUR VAN  
STICHTING 'VRIENDEN VAN  
HET ZONNEHUIS'**

Eind 2010 heeft Zorgcombinatie Zwolle cliënten en vertegenwoordigers van cliënten middels een brief geïnformeerd over het afschaffen van de ontspanningskosten. Van deze maandelijkse bijdragen werden activiteiten gerealiseerd zoals optredens van zanggroepen, het Sinterklaasfeest en de Kerstviering.

De stichting Vrienden van het Zonnehuis wil er zorg voor dragen dat deze activiteiten kunnen blijven plaatsvinden. Wordt daarom donateur van de Vriendenstichting.

Stichting Vrienden van het Zonnehuis  
Bezoekadres:  
Het Zonnehuis  
Nijenhuislaan 175  
8043 WB Zwolle  
Rekeningnummer 14 09 208

**Prettige Kerstdagen en een gelukkig Nieuwjaar**

**Chestita Koloda i Shtasl iva Nova Godina**

Glaedelig Jul og godt nytår

Froeliche Weihnachten und ein glücklichtes Neues Jahr

**Merry Christmas & Happy New Year**

Hyvää Joulua or Hauskaa Joulua: Onnellista uutta vuotta

**JOYEUX NOËL ET BONNE ANNÉE!**

**Noflike Krystdagen en in protte Lok en Seine yn it Nije Jier!**

**KELLEMES KARÁCSONYI ÜNNEPEKET ÉS BOLDOG ÚJÉVET!**

Gledileg Jól og Farsaelt Kmonadi ár!

Buon Natale e Felice Anno Nuovo

Schéi Krëschtdeeg an e Schéint Néi Joer

**God Ju log Godt Nyttår**