

Huys Magazine

Jaargang 27 – nummer 2



Nieuwbouw

In gesprek met
buurtbewoners

Fotografen van
Westerholm

Dagje uit bewoners
Westerholm

In gesprek met
mevrouw Lameijer



Huys Magazine

Het Huys Magazine is sinds 1995 een informatief magazine van Westerholm in Haren. De uitgave verschijnt drie keer per jaar en is bedoeld voor (wijk) bewoners, medewerkers, familie, vrijwilligers en andere belangstellenden. Het heeft een aantal vaste rubrieken die we iedere uitgave actualiseren.

De wisselende rubrieken, zoals interviews, gedichten, verslagen en nieuws ontstaan door de inbreng van bewoners en medewerkers. De redactie is eindverantwoordelijk voor de totale inhoud van het Huys Magazine.

Redactie

Mevr. M. Kip, voorzitter

Mevr. B. Arends, namens bewonersraad

Mevr. T. Zuidema

Mevr. V. Duursma

Mevr. A. Tilman

Mevr. M.H.B.M. Suurmeijer

Vormgeving

De heer J. Langeveld

Leden van de bewonersraad

Namens Westerholm:

Mevr. B. Arends, voorzitter

Mevr. H.C. de Kleijn, secretaris

De heer B. Dölle

De heer S. Pakker

De heer J. van den Berg

Namens huurders:

De heer J. Noordhoff

Namens Seniorenzorg in de wijk:

Mevr. A. Lameijer-van der Laan

Leden menucommissie

De heer B. Dölle

Dhr. J. van den Berg

Mevr. H.A.M. Wagenaar-Kouwenhoven

Kopij

Kopij voor de volgende uitgave van het Huys Magazine kunt u voor 17 september 2022 inleveren bij de receptie of mailen naar redactie@westerholm.nl

Inhoud

Voorwoord	2
Nieuwbouw Westerholm	3
Renovatie bestaand gebouw.....	4
Het interieur van Westerholm	5
In gesprek met mw. Lameijer	7
Berichten uit de Bewonersraad.....	8
In gesprek met buurtbewoners	10
Nieuwe Medewerkers	12
Boekentips	14
In gesprek met buurtbewoner Ingrid Dragstra...	18
Column Geestelijk Verzorger	19
Nieuwe Mariakapel	19
Kennismaken met een vrijwilliger.....	20
Welkomspakket nieuwe bewoners.....	21
Dag van de Wijkverpleging	22
Stichting Vrienden van Westerholm.....	22
De fotografen van Westerholm	23
De historie van Westerholm	26
Wandeling met mw. Worpenberg – te Riele	27
Stage lopen in de Wijk	28
Fitnessruimte Westerholm	29
Activiteiten bij Westerholm.....	30
Faciliteiten	32





Voorwoord

Boerenwormkruid, duizendblad, weegbree, zuring, heel veel grassen. Zoveel kleuren en geuren van bloemen en planten die wij onkruid noemen. Zij tooien onze bermen en omlijsten daarmee de wegen waarmee wij dagelijks naar onze bestemming gaan. Het doet mij iedere dag weer beseffen hoe belangrijk de entourage is waarin wij leven. En dan gaat het niet om het duurste of het beste, het gaat vooral om harmonie waarin de verschillende onderdelen samen zoveel mooier zijn dan ieder afzonderlijk.

In Westerholm maken we van heel dichtbij mee hoe belangrijk de entourage is. De overlast van de afgelopen weken slaat om in harmonie en samenhang. Iedere dag is het weer verrassend wat opgeleverd wordt, hoe kleuren en materialen in samenhang een verrassend mooi resultaat geven. Waarin we tegen elkaar zeggen dat we bijna het oude Westerholm niet herkennen, hoe was het ook al weer?

We zijn blij dat we in het afrondende stadium zijn van de ver- en nieuwbouw, waarin we weer waar kunnen maken wat we willen zijn, namelijk een organisatie die bevordert dat mensen fijn en veilig oud kunnen worden. Waar het wonen centraal staat, evenals ontmoeting, lekker eten en drinken en zorg. Waar de verbinding met de samenleving vanzelfsprekend is.

Het wordt druk in Westerholm, met de komst van de nieuwe bewoners van het Beatrixhuys. De eerste bewoners komen al in juli. Laten we hen hartelijk welkom heten zodat zij zich snel thuis gaan voelen en zullen ervaren dat het geheel meer is dan de som der delen. Dat de entourage prachtig is en helpt om in harmonie met elkaar samen te wonen, te leven en te werken!

Dineke Katerberg

directeur-bestuurder

De afgelopen periode is stap voor stap het eindbeeld van de uitbreiding van Westerholm zichtbaar geworden. Het gebouw is in het echt nog mooier dan op de tekeningen en het ontwerp van de buitenruimte past ook helemaal bij de visie van Westerholm. De werkzaamheden aan de tuinen zijn nog in volle gang en er wordt druk gewerkt aan de herinrichting van de Irenelaan. In een constructieve samenwerking met de omwonenden, de gemeente en de kerk is er een nieuw ontwerp gemaakt van het gebied tussen de kerk en Westerholm, waarbij ontmoeten centraal staat.

Niet alle werkzaamheden zijn gelijktijdig gereed. De verbouwing van de garageboxen tot fietsen- en scootmobielstalling moet nog plaats vinden en voor het planten van bomen, planten en struiken moeten we rekening houden met het plantseizoen (najaar).

Met het gereed komen van het project worden de diverse bijzonderheden ook zichtbaar. Eén van de **ontwerpuitgangspunten was 'natuurinclusief bouwen en ontwerpen'**; er ligt een sedumdak op het verbindinggebouw, er zitten vleermuisverblijven in de gemetselde kopgevels en voor het afvoeren van het regenwater **zijn wadi's gemaakt en ondergrondse infiltratiekratten aangebracht**. Ook is er bij de keuze van de beplanting rekening gehouden met vogels en insecten.

Een tweede ontwerpvoorwaarde was duurzaamheid; het dak is voorzien van zonnepanelen, voor het verwarmen maken we gebruik van bodem warmtepompen en alle verlichting bestaat uit led-armaturen. De appartementen zijn daarom allemaal bijna energieneutraal.

Met de combinatie van een duurzaam en gasloos gebouw en een natuurinclusief ontworpen buitenruimte leveren we ook een mooie bijdrage aan de klimaatdoelstellingen.



Renovatie bestaand gebouw

door Marloes Heemstra, coördinator facilitair

Op het moment van schrijven komt het einde van de upgrade steeds meer in zicht. De resultaten van de verbouw van het restaurant zijn zichtbaar. De vloerverwarming is aangelegd, de vloer is gestort en een nieuwe vloer is aangebracht. Er is nieuwe verlichting aangebracht en er zijn **gordijnen opgehangen**. **Langzamerhand wordt het 'nieuwe' Grand Café ingericht**. In augustus worden nog een aantal tafels geleverd en dan is het echt helemaal klaar. Het ziet er compleet anders uit. Het Grand Café wordt ook weer gebruikt **voor de warme maaltijd en activiteiten**. **Het is fijn dat zowel bewoners, familie en collega's elkaar in zo'n mooi restaurant weer kunnen ontmoeten**.

Eind mei is de keuken voorzien van nieuwe apparatuur. De oude apparatuur was dusdanig verouderd dat deze wel vervangen moest worden. De kookketels waren bijna 30 jaar oud.

De keuken is onder andere uitgerust met een zogeheten Flexichef. Dat is een grote hogedruk pan. Dit is een multifunctionele pan, waarmee efficiënt gekookt kan worden en de maaltijd een constante kwaliteit heeft. Misschien heeft u als bewoner wel verschil geproefd?

De verbouw van de gangen is gereed. Er zijn grote prints opgehangen en het meubilair komt langzamerhand binnen. Ook zijn nieuwe naam- en nummerbordjes en bewegwijzering opgehangen.

Vanaf 1 juli hebben we de nieuwe bewoners van het Beatrixhuys mogen verwelkomen en is de entreehal weer open en in gebruik.



Het interieur van Westerholm

Even voorstellen: ik ben Annet Poland. Zelfstandig interieurarchitect met als standplaats Haren. Ik ben al flink wat tijd met het interieurplan voor Westerholm bezig en wilde u middels deze pagina's op de hoogte brengen van de stand van zaken.



Een foto van mijzelf met prachtige bouwhelm in de nieuwbouw!

Het Grand Café

In het Grand Café zijn de bouwlieden van verschillende disciplines druk bezig geweest. De ruimte is helemaal kaalgestript. Er zijn flink wat installatiewerkzaamheden verricht; nieuwe stopcontacten, nieuwe lampen in het plafond en er zijn aansluitingen gemaakt voor een nieuw koffiemeubel met een koffieautomaat. Zo kan iedereen nu zelf een kopje koffie pakken.

De vloer in het Grand Café is aangepast. Het verlaagde gedeelte is opgehoogd. Daardoor is er nu maar één niveau in het restaurant, wat wel zo fijn is voor mensen in een rolstoel of met rollator. Er is geschilderd en de nieuwe vloer en een groot deel van het nieuwe meubilair is al geplaatst.

Op de volgende foto's ziet u beelden van de werkzaamheden van de afgelopen periode en daarnaast foto's van de huidige situatie.



Het interieur van Westerholm

De stilteruimte

Op andere vlakken gaat het ook goed; de stilteruimte is bijna klaar en ingericht. Deze is gesitueerd in de entreehal. Maar doordat we de stilteruimte ook graag 'stil' willen hebben, hebben we extra voorzieningen getroffen om de akoestiek en de stilte te waarborgen.

In deze stilteruimte hangen aantal oude glas in lood ramen. Deze zijn in een wandpaneel gebouwd en zijn aan de achterzijde voorzien van licht.



Hierboven en onder ziet u twee aanzichten van de wandpanelen met de glas in lood panelen erin.



De plattegrond van de stilteruimte. Linksboven ziet u de ingang. Er wordt een aantal stoelen en een bankje geplaatst.



We hebben alle glas in lood ramen in de opslag bekeken en geselecteerd. Hier ziet u een foto van de werkelijke panelen. Onze geestelijk verzorger: Job-Jan ter Horn, die adviseerde tijdens de selectie houdt het paneel omhoog!

De nieuwbouw: Het Beatrixhuys



In de nieuwbouw is ook heel veel kleur!

In gesprek met mw. Lameijer

Het Beatrixhuys – Gesprek met een nieuwe bewoner



In de afgelopen anderhalf jaar hebben we langzaam maar zeker het Beatrixhuys zien verrijzen. De bouwactiviteiten zijn inmiddels afgerond, de laatste hand wordt gelegd aan het interieur en de tuin moet nog worden aangelegd, maar sinds 1 juli hebben de nieuwe bewoners de sleutel van hun appartement gekregen en breekt er een nieuwe fase aan voor Westerholm.

Een van de nieuwe bewoners is mevrouw Lameijer die al een groot aantal jaren lid is van de Bewonersraad namens de wijk en die Westerholm dus heel goed kent. De redactie van het Huysmagazine was benieuwd naar de redenen waarom zij heeft besloten om naar Westerholm te verhuizen en heeft haar hiernaar gevraagd.

Het echtpaar Lameijer heeft bijna vier decennia aan de Waterhuizerweg in Haren gewoond in een fijn huis met een grote tuin, maar toen het onderhoud hiervan een probleem begon te worden, zijn zij verhuisd naar een ruim appartement in de Parkflat in Haren. Toen de heer Lameijer ongeneeslijk ziek werd, kreeg hij zorg van het wijkteam van Westerholm. Mevrouw Lameijer spreekt nog altijd haar grote waardering hiervoor uit en het is voor haar zeker een van de redenen om te besluiten zich aan te melden als toekomstige bewoonster van het Beatrixhuys.

Daarnaast benadrukt ze het feit dat ze een verstandig besluit wilde nemen. "Ik heb het prima naar mijn zin hier aan de Vondellaan, maar ik wil

graag zelf kunnen beslissen waar ik wil wonen als ik zorg nodig heb." In haar jeugd heeft ze vele bejaardenhuizen van binnen gezien, zoals ze zegt – haar vader was een sociale man en stuurde haar op pad om mensen die het nodig hadden te bezoeken – en ze weet daarom heel goed wat ze wil en vooral ook wat ze niet wil. De sfeer in Westerholm en de persoonlijke benadering spreken haar zeer aan. Van grote zorginstellingen moet ze niets hebben.

Tegen de verhuizing ziet ze niet op. Ze heeft zich op de kijkdag in april een beeld kunnen vormen van haar nieuwe appartement en beschrijft het als mooi, praktisch en efficiënt. Ze heeft een duidelijk beeld van wat ze mee wil nemen naar haar nieuwe onderkomen en denkt nuchter over het afstand doen van wat er niet mee kan. Daar kunnen anderen nog weer plezier aan beleven.

Wij wensen haar veel succes met de verhuizing en een goede start in het Beatrixhuys

Berichten uit de Bewonersraad

Gelukkig heeft de Bewonersraad de afgelopen tijd weer als vanouds maandelijks kunnen vergaderen met de directie over tal van zaken. De vergaderingen vonden plaats in de parochiezaal van de Nicolaaskerk, omdat in het Irenehuys inmiddels de hele benedenverdieping onder handen genomen werd en de vergaderruimtes niet toegankelijk waren of voor andere doeleinden werden gebruikt. Het overzicht van de agendapunten en wat daarover besproken is, kunt u vinden in de blauwe map van de Bewonersraad, die straks weer op de leestafel te vinden zal zijn.

Inmiddels heeft er een unieke gebeurtenis plaatsgevonden: op initiatief van de Bewonersraad is er op 11 mei jl. een uitje georganiseerd voor de bewoners om even aan de bouwoverlast te kunnen ontsnappen en de zinnen te verzetten. De grote rode rolstoelbus was wegens technische problemen bijna drie kwartier te laat, maar daar bleven de bewoners die zich voor deze dag hadden opgegeven bewonderenswaardig kalm onder. Het had enige voeten in de aarde, voordat alle passagiers met rolstoelen en rollatoren in de bus hadden plaatsgenomen, maar het lukte uiteindelijk wonderwel. Het was een heel mooie dag en het uitzicht op de Groninger Ommelanden, waar de tocht doorheen voerde, was prachtig. De lunch in restaurant Schierzicht in Lauwersoog was zeer geslaagd – de verse kibbeling ging nagenoeg schoon op! – en de stemming was opperbest. Iedereen was van mening dat een dergelijk uitstapje voor herhaling vatbaar is.





De bewoners voor wie een hele dag op stap teveel van het goede was, is een middagje uit naar Sassenheim georganiseerd. Niet in een grote rode bus, maar in een ouderwetse huifkar, met paard en wagen dus!

Als u suggesties, vragen of opmerkingen hebt voor de Bewonersraad, kunt u een mailtje sturen naar bewonersraad@westerholm.nl

In gesprek met buurtbewoner Susanne Duitscher

Als buurtbewoner rondom de Westerholm mogen wij ons voorstellen.

Mijn naam is Susanne Duitscher en samen met mijn man Harold en onze zoon Tjalling (7 jaar) wonen wij alweer 8 jaar in dit mooie stukje van Haren (Beatrixlaan).

Harold werkt als jurist, ik werk als diëtist en Tjalling zit in groep 3 op de Sint Nicolaasschool.



We hebben onze buurt de afgelopen jaren erg zien veranderen; van een straat vol met auto's van ouders die hun kroost kwamen ophalen (toen de oude school er nog stond) en elke dag rondslingerende snoeppapiertjes in de voortuin van de middelbare scholieren, naar een nu rustigere en schonere straat.

Van een parkeerterrein met allemaal kastanjabomen, naar een berg houtsnippers (waar Tjalling en anderen kinderen heerlijk in hebben gespeeld) en nu een bijna voltooide nieuwbouw van de Westerholm.

Sommige dingen zijn deze 8 jaar hetzelfde gebleven....

De kerk, waar wij tegen aan kijken, staat er nog en het grasveld ervoor is nog steeds groen.

Wat ook hetzelfde is gebleven is de rondrijdende wijkverpleging in de Westerholmauto's, de jaarlijkse lampion- en Paasoptochten van de kinderen van de St. Nicolaasschool richting Westerholm, de brievenbus bij Westerholm (wel verschoven maar gelukkig niet weggehaald!) en de bewoners van Westerholm die een wandelingetje maken achter de rollator (op of naast de stoep, dat is afhankelijk van de kwaliteit van de stoep en of deze geblokkeerd wordt door **kliko's of niet**).

Kortom, Westerholm is een vrij constante in ons leven.

En wat mij opvalt; de SRV-wagen komt nog wekelijks langs. Zelf hebben wij er nooit gebruik van gemaakt, want Haren kent genoeg supermarkten en op de fiets zijn we er zo. Maar ik kan mij voorstellen dat voor oudere mensen deze rijdende winkel handig is.

In mijn werk als diëtist behandel ik mensen van jong tot oud, met overgewicht of ondergewicht en bij vele andere gezondheidsklachten. Vooral bij ouderen komt ondervoeding (ook bij overgewicht!) veel voor. Minder eetlust (door ziekte, minder activiteit of zorgen en verdriet) of minder eten door een slecht zittend gebit of andere kauw- en slikproblemen. Soms komt het door onvoldoende eten in huis te hebben. Dat kan om allerlei redenen zo zijn. Ik zie het regelmatig tijdens mijn werk. Het eerste waar ik naar vraag is of iemand voldoende melkproducten neemt. Melk, karnemelk, yoghurt, kwark of skyr, vol of mager, met of zonder smaakje; dat maakt niet uit. Zuivel bevat namelijk eiwitten. Dat zijn belangrijke bouwstenen voor het lichaam en voor de spieren in het bijzonder. Eiwitten helpen bij het herstel tijdens en na ziekte en zorgen, samen met voldoende beweging, voor betere spierkracht. Het advies luidt: 3 tot 4 keer daags een beker of schaaltje zuivel.

Dus mocht u weer boodschappen gaan doen, bij de SRV, in de supermarkt of laten bezorgen door familie, vergeet dan niet een pak zuivel op het lijstje te zetten.

<https://www.goedgevoedouderworden.nl/>

Groeten van Beatrixlaanbewoners Susanne, Harold en Tjalling



“Waar komen we vandaan?”

Mijn naam is Mariano Mendez, ik kom oorspronkelijk uit Argentinië en ben astronoom en hoogleraar bij de Universiteit van Groningen. Sinds 2008 woon ik aan de Beatrixlaan.

Ik ben opgegroeid in de Apollo-tijd en was altijd gefascineerd door de ruimte. Eigenlijk wilde ik astronaut worden, maar als Argentijn was dat niet mogelijk. Genoeg over mijzelf.

Toen ik werd gevraagd om als buurtgenoot iets voor Het Huys Magazine te schrijven, leek het me leuk om u iets over sterrenkunde te vertellen. Iets dat veel mensen waarschijnlijk aanspreekt. Hoewel sterrenkunde veel wiskunde en natuurkunde bevat, bestuderen we onderwerpen die veel te maken hebben met fundamentele vragen over ons bestaan. Daarover wil ik vandaag schrijven.

Alles op aarde is uit een combinatie van miljarden atomen van basiselementen opgebouwd. Bijvoorbeeld, de massa in ons lichaam bestaat voor 65% uit zuurstof, 18,5% uit koolstof, 10% uit waterstof en 3,2% uit stikstof. De resterende 3,3% is calcium, fosfor, kalium, enz. Misschien wist u dat, maar wat de meeste mensen niet weten is dat al die **elementen ooit in het centrum van een ster “gebakken” werden.**

Toen het heelal is ontstaan, bestond dat voor 75% uit waterstof en 25% uit helium, met een heel klein spoortje lithium (minder dan 1 deel op 10 miljard). Alle andere chemische elementen werden in het diepe binnenste van sterren door kernfusie gevormd, dezelfde kernreacties die in de explosie van een waterstof-kernbom plaatsvinden. Sterren zijn als **“ovens” waarin de basis-ingredienten, waterstof en helium, tot complexere elementen, zoals koolstof, zuurstof en stikstof worden gekookt.** Sommige sterren exploderen wanneer zij het einde van hun leven hebben bereikt. (Dit is iets voor een ander artikel.) Al die elementen die in de oven zijn gemaakt worden terug de ruimte in geslingerd. Tijdens de explosie zelf ontstaan zelfs enkele zeer zware elementen, zoals uranium en goud.

Het gas, dat rijk is aan deze elementen, wordt het materiaal waaruit een nieuwe generatie sterren wordt gevormd. Onze zon is zo'n tweede generatie ster. Het gas waaruit de zon en al haar planeten zijn gevormd, bestond uit elementen die ooit in het centrum van een ster werden gebakken. Alles op onze planeet, alle planten, alle rotsen, de zeeën, onze lichamen en het goud van de ring die u misschien om uw vinger draagt, alles bevond zich eens in het centrum van een miljoenen graden hete ster.

In de jaren '70 zei een beroemd Amerikaans astronoom, Carl Sagan, dat wij kinderen van de sterren zijn. In de jaren '90 zei een beroemd Nederlands astronoom, Ed van den Heuvel, dat we van sterrenstof zijn gemaakt. Allebei waren letterlijk correct.

Misschien weten we niet waar we aan het eind van ons leven naar toe gaan, maar tenminste weten we waar we vandaan komen.

Haren,

Mariano Mendez

***Beeld:** Dit is een foto van de “Adelaarsnevel” in het sterrenbeeld Orion, genomen met de Hubble-ruimtetelescoop. In dit deel van de hemel worden nieuwe sterren geboren uit interstellair gas en stof afkomstig van een ster die is geëxplodeerd.*



Medewerkers even voorstellen...



Claudia van Dijk

Ik ben Claudia van Dijk en ben 28 jaar. Samen met mijn vriend heb ik een dochter van 1 jaar. Ik vind leuk om gezellige dingen te doen met familie/vrienden. Ik werk sinds mei 2019 in Westerholm als verzorgende op de tweede etage, daarnaast werk ik sinds 1 januari ook binnen

Westerholm als oproepkracht bij de receptie.

Ik vind het leuk dat ik binnen Westerholm een nieuwe functie erbij heb gekregen, een functie die heel anders is als verzorgende. De afwisseling lijkt mij leuk en dat ik veel dezelfde gezichten zie vind ik fijn.

Groetjes, Claudia



*Anneke
Wieringa-Bos*

Mijn naam is Anneke Wieringa-Bos (36) en sinds 1 januari 2020 ben ik werkzaam in Westerholm. Ik ben de afgelopen 2 jaar werkzaam geweest als Evv'er op de eerste etage. Dus sommigen van jullie zullen mij al wel kennen. Ik ben werkzaam in de zorg sinds mijn 17e. Ik weet niet beter dan dat ik de zorg in ging. En ik heb dit altijd met veel passie, plezier en toewijding gedaan.

Na zoveel jaren zorg is het nu tijd voor een nieuwe uitdaging. Vanaf 1 februari ga ik aan het werk als roosterplanner binnen Westerholm. Voor mij een mooie kans die ik graag met beide handen aan pak! Ik kijk met veel plezier en enthousiasme uit naar het bekleden en invullen van deze nieuwe functie. Het is een mooie kans/uitdaging om mijzelf op werkgebied weer verder te gaan ontwikkelen.

Ik ben getrouwd met Evert en wij wonen in Haren. Samen met onze prachtige zonen Philip (7 jaar) en Lodewijk (5 jaar). Voor wat betreft mijn vrijetijdsbesteding: bootcampen, lekker uit-eten met familie/vrienden, shoppen, vakantie, feestjes, creatief bezig zijn, fotografie, eropuit met het hele gezin, daar vind ik echt mijn ontspanning in.

Tot ziens in Westerholm! Groetjes, Anneke



Ellen Pinkster

Hallo lezers,

Mijn naam is Ellen Pinkster. En mij is gevraagd om iets over mijzelf te vertellen. Ik ben 47 jaar. En ben geboren in de stad Groningen. Ik heb 2 kinderen. Een meisje van 15 en een jongen van 11. En sinds 4 jaar een vriend die ook nog 2 lieve hondjes heeft. Samen met mijn kat is het soms een drukte van belang in huis. In mijn vrije tijd speel ik toneel bij een toneelvereniging. Veelal Gronings gesproken. Helaas staat het toneelspelen momenteel nog op een laag pitje door de nasleep van corona. Een aantal van jullie kennen mijn gezicht al wel. Want inmiddels ben ik sinds februari 2021 werkzaam in Westerholm. Ik heb 30 jaar met veel plezier gewerkt bij de HEMA in Groningen. Maar door de jaren heen kreeg ik steeds meer het gevoel dat ik graag meer wilde betekenen voor de medemens. Kortom, ik wilde werken in de zorg. Toen ik deze kans kreeg, heb ik hem met beide handen aangepakt. Wat ook betekende dat ik voor 1 dag in de week terug de schoolbanken in moest, best lastig als je zoveel jaren niet meer naar school bent geweest. Maar inmiddels ben ik daar helemaal aan gewend. En ben ik druk bezig om in februari 2023 mijn diploma verzorgende-IG te halen. Ik werk met heel veel plezier op de Begane grond. Met heel leuke collega's en bewoners die ik steeds beter leer kennen.

Hoi allen,

Mijn naam is Evelien van der Werff, 20 jaar oud en de afgelopen tijd bent u mij misschien al eens tegengekomen. Van februari tot en met juni ben ik bezig geweest met afstuderen binnen Westerholm. Ik ben nu nog bezig met een afstudeeropdracht om hopelijk daarna te slagen voor mijn opleiding Communication & Multimedia Design aan de Hanzehogeschool Groningen. Voor mijn afstudeeropdracht moest ik een digitaal interactief product, denk aan een app of website, maken om de beleving van Westerholm onder wijkbewoners te versterken.

Om dit te kunnen maken heb ik verschillende fases doorlopen om tot een passende oplossing te komen. Ik ben gestart met een onderzoeksfase, waarin ik onderzoek heb gedaan naar verschillende onderwerpen en in gesprek ben geweest met de doelgroep. Vanuit hier heb ik verschillende ideeën bedacht, die uiteindelijk hebben geleid tot een definitief concept. In de laatste fase heb ik het product getest bij de doelgroep, zodat het een mooi passend eindproduct is wordt. Uiteindelijk hoop ik dat het product daadwerkelijk gerealiseerd kan worden en hoop ik dat het vraagstuk van Westerholm is opgelost. Mocht u nieuwsgierig zijn geworden, houd dan de komende tijd de website in de gaten!

Met vriendelijk groet,
Evelien van der Werff



Evelien van der Werff

Mijn naam is Fennie Hegge, ik ben 23 jaar oud en woon in Annen. Voor mijn afstuderen aan de opleiding Facilitymanagement aan de Hanzehogeschool in Groningen, heb ik vanaf februari t/m juni dit jaar stage gelopen bij Westerholm, ik heb een onderzoek naar de inrichting van de huishoudelijke hulp gedaan. Inmiddels kan ik zeggen dat ik ben afgestudeerd! Mijn hobby is volleybal, dit speel ik zelf 3 keer in de week, daarnaast ben ik trainer/ coach en zit ik in de technische commissie bij SV Annen.

Fennie Hegge



Fennie Hegge

Hoi allemaal,

Mijn naam is Nadia Dales. Ik ben sinds april werkzaam als psycholoog bij Westerholm en ZINN. Daarvoor heb ik een half jaar stage gelopen bij ZINN als psycholoog en ben ik vier jaar werkzaam geweest als 'psychodiagnostisch medewerker' in het ziekenhuis. Ik ben erg blij met mijn nieuwe baan en vind ouderen een erg leuke doelgroep om mee te werken. Ik woon sinds een jaar samen met mijn vriend in Harkstede. In mijn vrije tijd doe ik graag aan hardlopen, bootcampen en lezen en ik pak graag een terrasje of ga naar feestjes met vriendinnen.

Tot snel in Westerholm!
Groetjes, Nadia



Nadia Dales

WESTERHOLM, IN POËZIE VEREEUWIGD

In 2021 heeft de Stichting Achterland een boekje uitgegeven met als titel 'Groningen. Literaire reis door de tijd'. Daarin is op pagina 39 onder de titel 'Een huis van vandaag' een prachtig gedicht opgenomen over Westerholm, geschreven door Arjen Boswijk. De pagina ernaast laat een foto zien met als onderschrift: *'Vanuit een sterke binding met de lokale samenleving zet Westerholm zich al decennialang in voor wonen, welzijn en zorg van ouderen in Haren. Ook de architectuur van de nieuwbouw draagt bij aan een sfeervolle woonomgeving'*. En dan is de 'nieuwste' nieuwbouw nog niet eens gerealiseerd!

Dat gedicht is er niet zomaar in gekomen. Op voorstel van mevrouw Katerberg, directeur-bestuurder, heeft de Commissie Letteren van de Culturele Raad Haren o.l.v. de heer Boomker een schrijfwedstrijd uitgeschreven. Dat resulteerde in een vijftal inzendingen (in proza- of poëzievorm). Het gedicht van Arjen Boswijk is tot winnaar gekozen en alle teksten zijn op 8 juli 2021 feestelijk gepresenteerd in de recreatiezaal van Westerholm. Inmiddels heeft het gedicht een mooie plaats op de muur bij de nieuwe entree gekregen.

Een huis van vandaag

Het is het huis in Haren
waar je thuis komt
onafhankelijk en samen
nooit ver van een natuurlijk groen hart
een huis van verlangen naar verleden
op weg naar het nieuwe heden
de relatie tussen nu & later

De ligging van het huis
als veilige heuvel
een wierde in het landschap
het is de ruimte van een mens
een riante plek voor wie er wil zijn
van het gisteren naar vandaag
een oude foto in een nieuwe lijst

Westerholm, een aardse plek
in een immense zee van leven
van de oude Nicolaas
patroon van veilige havens
het is het huis waar je thuis komt
waar je zult blijven

nooit ver van het groene hart
in de buurt

Arjen Boswijk

Boekentips - Leestips

1. ZEE NU

Geen eb meer, alleen maar vloed! Heel Nederland onder water! Denk nou niet: dat kan niet, maar ga mee op de golven van de verbeelding van Eva Meijer.

Natuurlijk, Westerholm zal voorlopig nog wel droog blijven, maar in de kustprovincies begint het er al dreigend uit te zien en de zee komt per dag een kilometer verder het vasteland op: een nationale ramp en de reacties zijn precies zoals we die inmiddels bij andere rampen (Corona recent) kennen. Er is een minister-president die met geruststellende TV-praatjes de bevolking bespeelt, er zijn ministers die ijverig maar nauwelijks op hun taak berekend van alles organiseren, militairen worden ingeschakeld, een nooddijk wordt tevergeefs opgeworpen, wetenschappers worden te hulp geroepen om het verschijnsel te verklaren en uiteindelijk moet er geëvacueerd worden.

Natuurlijk zijn er complotdenkers met de haringverkoper Grote Willem als goeroe. Daar tegenover staan de activisten van Extinction Rebellion met Arie Mak, dochter van Benno Mak(!) als voorvrouw, die de leus 'ZEE NU' scanderen. De Action speelt handig in op de paniek met stuntaanbiedingen van zwemvesten, noodrantsoenen e.d. Uiteindelijk komt de massa – afgezien van een groep hardnekkige 'blijvers' – in opvangcentra in Duitsland terecht. O ja, de koninklijke familie heeft onderdak gevonden in hun buitenverblijf te Mozambique.



Als u halverwege bent en u denkt: Nu weet ik het wel; toch doorlezen, want in het vervolg wordt heel mooi beschreven hoe drie personen teruggaan naar het verdronken land om naar hun geliefden te zoeken. Het gedichten schrijvende meisje Wilg wil haar achtergelaten moeder vinden, wetenschapper Steen haar kat en de eerdergenoemde Arie een vriendin. Tegen beter weten in en tevergeefs.

Een enkel fragment om te demonstreren hoe het naderend onheil het eerst door de dieren wordt gesignaleerd. *p. 28. 'Terwijl de minister van Infrastructuur en Waterstaat zijn toespraak hield over schadevergoedingen en de verdere wetenschappelijke onderbouwing, besloten de duinkonijnen, alsof ze het hadden afgesproken, allemaal op hetzelfde moment op pad te gaan. Het leek wel een tekenfilm, al die vachtjes, bruin en grijs, een enkeling gevlekt of zwart, een witje zat ertussen, allemaal trokken ze naar het oosten. Op de A4 zou het later die dag tot een kettingbotsing leiden, op de A44 tot een bloedbad, maar zo ver was het nog niet toen de minister zijn toespraak hield, toen was het nog net een sprookje, al die konijnen die meer gezond verstand hadden dan de ministers, of tenminste meer daadkracht, en alle militairen die ze zagen stopten met het sjouwen met de zandzakken om naar ze te kijken.'*

Klimaatverandering, zeespiegelstijging: ze houden ons bezig en Eva Meijer houdt ons een dystopische spiegel voor met haar roman ZEE NU. Dat doet ze overtuigend zonder prekerig te worden en met humor. De verhaallijn wordt af en toe onderbroken door associaties /bespiegelingen in cursief over mogelijke betekenissen van het verschijnsel zee in het leven.

Eva Meijer. Zee nu. Amsterdam, 2022

Boekentips - Leestips

2. KLIMAATPOEZIE

Gedichten, waarin de natuur het centrale thema is, zijn vaak lofzangen op allerlei aspecten van die natuur: een prachtige zonsondergang, een sfeervol **herfstlandschap, de simpele schoonheid van een bloem, een vlucht ganzen** Maar in deze tijd van klimaatverandering wordt de toon anders: somberder, waarschuwend, soms een apocalyptisch beeld oproepend.

Natuur: geniet ervan, zo lang het nog kan!

Sonnet van de nieuwe zomers
waarin hittestrecords worden gebroken

Toen winters winters waren, waren zomers
geluk met tussen buien door een plasje
precieuze zon op een bomvol terrasje
met blije, bleke rijtjeshuisbewoners.

Inmiddels vrezan wij de koperen ploert,
die ons het huis in jaagt met ijs in baden
ons doet vloeken op het ozongat,
terwijl hij ons met zomer overvoert.

Het weertje is nu echt het weer geworden.
Zijn lieve suffix is eraf gesmolten
met dank aan industrie en vliegverkeer.

Debat om wat halfslachtige akkoorden
heeft meer dan ons gemoed verhit. Revolte
of ondergang, daar komt de keus op neer.

Ilja Leonard Pfeijffer

Glaciologie

Een laatste ijsschots dreef naar Nederland
Twintig meter boven het Scheveningse strand
Kwam eindelijk smeltend aan bij Velp
Trof daar de laatste wolvenwelp.

J.F. Dieleman



(Gerrit Hiemstra, meteoroloog/glacioloog: Als de ijskappen bij Groenland en Antarctica smelten, levert dat een zeespiegelstijging op van 65 meter. Opwarming van enkele graden leidt eind deze eeuw al tot een stijging van 1.20 m en voor 2300 tot 2 meter. Over 3 tot 10 generaties is het einde verhaal in Nederland, tenzij)

**Meer lezen? Bundel 'Zwemlessen voor later'.
Klimatopoëzie. Uitg. Vrijdag, Antwerpen 2020**

TOT SLOT

- U moet beslist eens de cultuursite van Haren raadplegen: www.geboektinharen.com: de toegangspoort tot allerlei culturele activiteiten. Hier treft u ook filmpjes en blogs aan over o.a. literatuur.
- Natuurlijk bent u ook bekend met de site van boekhandel Boomker. Op <https://libris.nl/boomker/agenda> worden recente activiteiten op literair gebied aangekondigd.
- Interessant is ook de lezingenserie van de RUG onder de titel 'Sprakmakende boeken'. Het aanbod beperkt zich niet tot Nederlandstalige literatuur. Lezingen zijn live maar ook online te volgen. Google maar even: www.rug.nl/society-business/knowledge-and-learning/sprakmakende-boeken/ In een volgende aflevering komen we hierop terug.

Veel leesplezier, Henk Boomker en Friso Bavinck

Boekentips - Leestips

Welk beeld heeft u van een auteur, die memoires schrijft en onder die naam publiceert? Een persoon van zekere stand en op zekere leeftijd, die de actieve periode van het leven achter zich heeft gelaten, daarop terugkijkt en wat zelfgenoegzaam de balans opmaakt? Welnu, dan zit u er in dit geval naast. Cabaretier Freek de Jonge is de auteur.

Inderdaad inmiddels ook niet meer de jongste, maar nog vol in het actieve leven staand. Verwacht geen boek vol grappen en grullen. In dit eerste deel zijn het niet zo zeer zijn herinneringen, maar is het de voorgeschiedenis van met name zijn vader die opgetekend wordt.

Daarmee is meteen de eerste reden genoemd waarom u dit boek zou kunnen lezen: het verhaal haakt in op een belangrijk motief in de literatuur: het zgn. Vatersuche motief.

Een tweede reden kan bij oudere lezers herkenning van het tijdsbeeld zijn dat in 'Kom Verder' wordt opgeroepen; de wereld van voor, tijdens en kort na WO II. En dat ook nog eens in een herkenbare omgeving: de stad Groningen, het gehucht Westernieland op het Hogeland en het Friese stadje Workum.

Tenslotte geeft het boek een inkijkje in het wereldje van het protestantse volksdeel in genoemde periode. Wie met dat geloof is opgevoed, zal veel met een zekere weemoed en een glimlach herkennen. En ach, Westerholm mag dan stevig gebouwd zijn op een R.K-fundament, u als bewoners bent van alle gezindten en kunt zich vast inleven in dat orthodoxe wereldje.

Hoofdpersoon is Andries de Jonge, vader van Freek, voorbestemd om dominee te worden vanuit de ambitie van zijn vader. Dat gaat niet zonder het nodige verzet in zijn kinderjaren.

p. 39. Hij ging dominee worden en dat maakte hem geen vriendjesmagneet.

p.75. Hij moest loskomen van die man. Zelf iemand zien te worden.

Maar toch, ondanks de nodige twijfel en geïnspireerd door prof. Gerardus van der Leeuw gaat hij in Groningen theologie studeren.

p.142. Hij ging predikant en dominee worden.

De studententijd in Groningen wordt uitgebreid en herkenbaar beschreven en hij maakt kennis met zijn toekomstige vrouw Manny Furda, dochter van een confectiefabrikant, die - hoe kan het! - woonde aan de Westerse Drift in Haren, niet ver van de plek waar in 1970 Huize Westerholm verrees!

De jonge dominee wordt beroepen in Westernieland, waar Freek (Freetje) in 1944 wordt geboren. Van 1946 tot 1951 is Workum de standplaats. Met een derde beroep naar Zaandam eindigt dit eerste deel van de memoires.

Memoires? Meer een heel persoonlijke en goed leesbare invulling van het leven van vader De Jonge. Zoals Freek de Jonge zelf zegt: "... gebaseerd op uitvoerige research, maar personen en verhaal zijn een romantische weergave van de werkelijkheid en berusten deels op fantasie."



In gesprek met buurtbewoner Ingrid Dragstra



Dit voorjaar is het vijf jaar geleden dat wij, met onze zoon Bram van destijds anderhalf, onze bovenwoning in de stad verruilden voor een echt grote-mensen-huis aan de Beatrixlaan. Op deze fantastische plek, overal dichtbij maar toch ook rustig, voelden wij ons al snel thuis. Met de burens hadden we direct goed contact. Wat een verschil met het leven in de stad, waar het eigenlijk bleef bij **alleen een snelle groet in het voorbijgaan ...**

Ondanks dat goede contact met de burens aan de Beatrixlaan, voelde Westerholm de eerste tijd toch nog wat meer op afstand. We waren immers (nog) geen directe burens. Met de groei van ons gezin, groeide echter ook het contact met de bewoners van Westerholm. Onze jongens, Bram van 5 en David van 3, trekken de aandacht met hun mooie rode haren. Met enige regelmaat horen wij van voorbijgangers, ook van bewoners van Westerholm, dat hun zoon of dochter vroeger ook zulke prachtige haren had. Vaak gevolgd door de opmerking dat je dat tegenwoordig toch niet vaak meer ziet.

Begin vorig jaar werden wij opnieuw ouders, ditmaal van een prachtige dochter, Ella. Met name als zij bij mij in de draagzak zit en nieuwsgierig om zich heen kijkt, krijgen we vaak lieve opmerkingen. Onlangs vertrouwde een oudere dame me toe dat ze het ontroerend vond, zo'n klein mensje dat de hele wereld nog heeft te ontdekken. Het maakt me trots dat onze kinderen, in al hun onbevangingheid en zonder dat ze het zelf door hebben, zulke leuke, kleine gesprekjes op gang weten te brengen.

Het afgelopen jaar is Westerholm ook fysiek dichterbij gekomen met de nieuwbouw aan de Beatrixlaan. Wat een belevenis was dat voor onze kinderen, al dat grote materieel en die stoere bouwvakkers. Elke dag was er weer genoeg te zien en dat gewoon vanuit onze eigen woonkamer. Voor ons was het wel even spannend hoor, want ons uitzicht zou behoorlijk veranderen. Inmiddels kunnen we zeggen dat het resultaat zeker niet misstaat in de straat en dat ons uitzicht juist ten goede veranderd is. Ons rest nu alleen nog de hoop dat de voormalige parkeerplaats op de hoek van de Beatrixlaan en de Irenelaan een mooie, groene invulling krijgt, zodat onze kinderen daar lekker kunnen spelen en we elkaar kunnen blijven ontmoeten.



Column Job-Jan ten Horn - Geestelijk Verzorger

“Gedachten”



Ik kijk uit het raam en zie de bomen in bloei staan. De frisse groene kleur van de bladeren, de zon die erop valt, de warmte die het beeld uitstraalt. Het is overduidelijk lente.

Met verbazing sla ik mijn eigen ontroering gade. Het is een wonder dat ieder jaar de lente komt. En het is misschien nog wel een groter wonder dat het ieder jaar weer als nieuw voelt. Zo fris als de bladeren aan de bomen kleuren, zo fris is het gevoel. Wordt het begin van de lente dan nooit oud?

Het stemt me hoopvol. Dat het blijkbaar bij het leven hoort dat je zo geraakt kan worden door iets. Zelfs als je denkt er niet meer in te geloven, in het leven, in God, in de lente. Het valt je toe zonder dat je daar iets voor hoeft te doen of te laten. Het is onvoorwaardelijk en maakt geen onderscheid. Ik vind het bijzonder.

Hoop is eigenlijk ook wel een bijzonder fenomeen. Het doet leven, als we de uitdrukking mogen geloven. Hoop is zo schrijft Vaclav Havel, 'niet hetzelfde als optimisme, evenmin de overtuiging dat iets goed zal aflopen. Wel de zekerheid dat iets zinvol is, hoe het ook afloopt.'

Het leven is nooit af of helemaal te begrijpen. Daar schuilt zowel hoop als tegelijkertijd wanhoop in. Houvast is soms maar moeilijk te vinden maar dan hoor je een vogel haar lied zingen en kan de wereld weer anders zijn. Het zet ons weer in beweging om het goede te doen, zinvol bezig te zijn. Dat betekent dat er soms wat wil of moet gebeuren of dat je juist geniet van de zon op je gezicht en lekker blijft zitten. Het goede en zinvolle kent vele gezichten en vormen. Vindt u niet?

Dat de hoop mag bloeien zoals de natuur.

Met een zonnige groet,

Job-Jan ten Horn

Geestelijk verzorger Westerholm

Nieuwe Mariakapel in de H. Nicolaaskerk aan de Irenelaan



Recent is in de H. Nicolaaskerk, die aan de overkant van Westerholm ligt, een Mariakapel geopend en ingewijd. De kapel is dagelijks open tussen 10 en 16 uur. Dat is kenbaar aan de banier die buiten naast de kerkdeur staat.

U kunt er een kaarsje opsteken en even een stiltemoment hebben in het kleurrijke licht van de glas-in-lood ramen.

In de Mariakapel hangt de beeltenis van Maria van Yesse en een Icoon met Maria. Het beeld van Maria van Yesse is gemaakt door de beeldhouwer Charles Vos naar aanleiding van het wonder dat gebeurd zou zijn in 1215 in het toenmalige klooster Yesse, dat zich bevond op de grens tussen Haren en Groningen. In 1947 werd het geplaatst in de kapel van 'Onze Lieve Vrouwe van Yesse' op het terrein van het Sint Maartenscollege in Haren. Het beeld is in 2003 door Pater Loed Loosen (Jezuïet) overgedragen aan de H. Nicolaaskerk.

KENNISMAKEN MET EEN VRIJWILLIGER

Attie Zuidema

U heeft in de vorige afleveringen van deze rubriek kennis gemaakt met vrijwilligers die allemaal op verschillende manieren bij Westerholm betrokken zijn geraakt: de dames van de werkgroep Onderlinge Relaties via de kerk, anderen omdat hun ouders in Westerholm woonden, weer anderen omdat ze zich na hun pensionering wilden blijven inzetten voor het welzijn van de bewoners in Westerholm. Deze keer kunt u kennis maken met Attie Zuidema die nog weer via een andere route binnenkwam.



Attie Zuidema is geboren en getogen in Haren. Haar wieg stond in het pand Westerse Drift 8, ze heeft de bouw van Westerholm in haar jeugd dus van nabij meegemaakt. Ze bezocht de Openbare Lagere School in de Kerkstraat, maar toen die te klein werd voor het toenemende aantal leerlingen en de nieuwe Kroonkampschool gereed was, moest ze daar naar toe. Dat gold voor alle leerlingen die ten westen van de Rijksstraatweg woonden. Na de lagere school ging Attie naar de Mulo in Haren en vervolgens kreeg ze haar eerste baan. Ze ging werken bij de Medische Controle Ziekenfondsen en kwam terecht in een heel leuk team met vier administratieve medewerkers en drie huisartsen. Ze denkt met veel plezier terug aan die tijd.

Attie trouwde en betrok met haar man Geert, een geboren en getogen Groninger, een woning in tuindorp. **“Jullie gaan toch niet aan de andere kant van het spoor wonen” zei haar vader, maar dat deden ze wél.** Het feit dat ze nog steeds naar volle tevredenheid in datzelfde huis wonen, bewijst hoe goed ze daaraan gedaan hebben.

Inmiddels was Attie zwanger en moest ze ontslag nemen, dat ging zo in die jaren. Een beetje verontwaardigd vertelt Attie dat ze, toen een andere werkneemster tijdelijk uitviel nog wel even in mocht vallen zwanger en wel. Omdat het werk zo leuk was, deed ze dat met plezier, maar heel consequent van de werkgever was dat natuurlijk niet. Attie en Geert kregen een zoon en een dochter en toen die nog niet naar school gingen, bleef Attie thuis. Maar zodra ze meer ruimte kreeg, zocht ze een baan. De hele dag haar huis poetsen zag Attie niet zitten. Ze kwam terecht bij Graalman Interieurs Woonwinkel waar ze aanvankelijk als administratief medewerkster aan de slag ging, maar gaandeweg daarnaast ook andere taken in de winkel ging vervullen. Het was een ideale baan, Attie werkte gedurende de schooltijden van de kinderen en was in de schoolvakanties vrij. In de loop der jaren werden haar werkgever en zijn vrouw echte vrienden van Attie en Geert. In 2010 ging Attie officieel met pensioen, maar tot de sluiting van het bedrijf in 2017 bleef ze er nog één dag in de week als vrijwilliger werken.

Al voor ze met pensioen ging had ze zich op het vrijwilligers pad begeven. Via de Algemene Hulpdienst Haren ging ze één avond in de week koffie schenken in Erasmusheem. Toen dat gesloten werd en Attie inmiddels ook overdag voor vrijwilligerstaken kon worden ingezet omdat ze gepensioneerd was, bemande ze één ochtend in de week de telefoon van de Algemene Hulpdienst Haren. Al gauw kwam ze er achter dat dat niets voor haar was: drie telefoontjes gemiddeld per ochtend, dat was echt niet wat ze zocht. En zo is ze toen bij Westerholm terecht gekomen: daar werden vrijwilligers gezocht voor het 's ochtends koffieschenken. Dat bleek een schot in de roos: al vele jaren – hoeveel precies weet Attie eigenlijk niet meer – schenkt ze woensdagochtend met veel plezier koffie in Westerholm.

Welkomspakketje nieuwe bewoners Beatrixhuys

Inmiddels hebben de bewoners van het Beatrixhuys de sleutels van hun nieuwe appartement ontvangen. De meeste bewoners gaan ook echt in de eerste twee weken van juli verhuizen!

Tijdens de sleuteloverdracht en oplevering van het appartement hebben de nieuwe bewoners een welkomspakket gekregen waarin ook een aantal leuke waardebonnen zitten van o.a. lokale ondernemers in Haren. Ook de ondernemers in Haren dragen de bewoners van Westerholm een warm hart toe, waarvoor onze hartelijke dank!



**MIGNON, AL MEER DAN 40 JAAR VOOR DAMESMODE
EEN BEGRIP IN HAREN EN OMSTREKEN.**

**NADAT MIJN MOEDER 36 JAAR AAN HET ROER HEEFT
GESTAAN VAN DEZE MOOIE WINKEL, HEB IK 4,5 JAAR
GELEDEN HET STOKJE OVERGENOMEN.**

**DANKZIJ DE BREDE COLLECTIE SLAGEN DIVERSE
GENERATIES BIJ ONS.**

**MET MERKEN ALS O.A. LUISA CERANO, BRAX,
RAFFAELLO ROSSI TOT WILLIAM LOCKIE EN ERFO**

**KWALITEIT, MAAR OOK COMFORT VINDEN WIJ ERG
BELANGRIJK. DENK HIERBIJ AAN PRACHTIGE STOFFEN,
MOOIE DESIGNS, MAAR OOK HANDIGE BROEKEN MET
EEN ELASTISCHE BOORD.**

**MOCHT U WILLEN DAT WIJ BIJ U LANGSKOMEN, DOEN
WE DAT MET AL HET PLEZIER. NEEM EVEN CONTACT
MET ONS OP VIA ONDERSTAANDE MOGELIJKHEDEN.**

LIEFS,

Marlieke

MIGNON
Marlieke



KERKSTRAAT 17 - HAREN - 050-5348556 - WWW.MIGNON.NL - INFO@MIGNON.NL

Dag van de Wijkverpleging

Op 22 april zijn wij, Sijka van der Vorst en Aadje van Duuren, naar Ede afgereisd in verband met het congres 'de dag van de Wijkverpleging'. De wijkverpleging/thuiszorg is n.l. de toekomst. Er komt steeds meer acute, preventieve, verpleeghuis, dementie, palliatieve zorg thuis.

We hebben beide workshops gedaan die in onze beleving de meest relevante informatie gaven en aansluiten bij onze zorgverlening.



Dementie achter de voordeur: De mensen met dementie blijven steeds langer thuis wonen, maar de dementie verandert het gewone leven compleet, niet alleen voor de persoon in kwestie maar ook voor alle mensen om hem/haar heen. Familie, vrienden en andere naasten worden geconfronteerd met de ziekte en alle gevolgen daarvan. Relaties veranderen, de benadering verandert. Een veel voorkomende term in dit verband is betutteling. Mensen willen echter zelf zo lang mogelijk hun eigen leven op de vertrouwde, voor hen zinvolle manier invullen. **Wat we geleerd hebben van de workshop is 'Vertrouwen' winnen, want zonder vertrouwen geen douchen of wondzorg. 'Relativeren', wat is écht belangrijk voor deze kwetsbare ouderen? En: lachen is de kortste afstand tussen twee individuen.**

Eenzaamheid: Eenzaamheid en claimend gedrag, iedereen kent dat wel. Dat er op het moment dat je weg wilt gaan bij een bewoner, steeds een nieuw onderwerp aangekaart wordt. Of je bent bijna bij de voordeur en het verhaal word steeds heftiger of verdrietiger. Je komt niet weg, maar je bent op route. Ook niet fijn voor jezelf om iemand zo achter te laten. We snappen het heel goed, voor sommige bewoners zijn wij de enigen die ze zien die dag. **Onze ervaring is nu dat als je het bezoek afrondt met de woorden "Ik hoor u, wat verdrietig, maar dit gesprek wordt vervolgd", dat het dan goed is.**

Wat is eenzaamheid nu eigenlijk? Verlies van Contacten, van Vaardigheden, Vermogen, Sociale rollen, Gezichtsverlies, van Zaken en het verlies van Perspectief. En fijne tips die we meekregen waren: Als je haast heb, pak een stoel. Kom binnen zonder agenda.

Het was voor ons een zinvolle dag, waar we veel van geleerd hebben en waar we wat mee kunnen in ons werk.

Sijka & Aadje

Stichting Vrienden van Westerholm

Twee jaar geleden is de Stichting Vrienden van Westerholm opgericht met als doel het leven van de bewoners van Westerholm en degenen die zorg van Westerholm in de wijk ontvangen, te veraangemen. Door al het coronagebeuren hebben we de afgelopen twee jaar niet veel kunnen doen. Gelukkig konden we er op 21 maart wel voor zorgen dat u allemaal een bloembakje kreeg. Nu hopen we toch dat we wat meer voor u kunnen betekenen. In eerste instantie kondig ik vast aan dat wij de Caspari-concerten nieuw leven gaan inblazen. De Caspari-pot is leeg, maar wij gaan de traditie voortzetten als 'Vrienden Concert'. Voorlopig is zaterdag 1 oktober als datum voor het eerste concert gepland, uiteraard hoort u daar te zijner tijd meer over. Kortom, we zijn bezig en natuurlijk zijn we blij als er ook ideeën van uw kant komen. Daarvoor hebben we ook contact gehad met de Bewonersraad, die hopelijk met ideeën zal komen. Don ten Brink die de financiële kant van de Stichting op touw heeft gezet, heeft afscheid genomen als penningmeester en is opgevolgd door Wilbert Hoffstädt. In april heeft Huib Janssen afscheid genomen van ons bestuur. Gelukkig hebben we al een opvolgster gevonden die we u later zullen voorstellen.

Erna Poutsma-Smilde, secretaris



Mooie momenten van Westerholm vastleggen met het talent van medewerkers van Westerholm! Hoe houden we de mooie website van Westerholm actueel? Hoe laten we aan de buitenwereld zien hoe mooi wonen en werken bij Westerholm is? Een paar medewerkers gebruiken hiervoor hun talent. Zij maken foto's van personen (collega's, bewoners), werk in uitvoering, activiteiten en evenementen, natuur en tuin, appartementen enzovoorts. Gewoon, mooie beelden vastleggen van wat zich voordoet in en rond onze organisatie. Westerholm krijgt daarmee een mooie PR en we benutten talenten van medewerkers!

Het mes snijdt aan twee kanten! We zijn er superblij mee. De Westerholm-fotografen zijn: **Jolanda Staal**, **Nienke Hoekstra**, **Peter Dijkstra**, **Alletta Tilman**, **Christina Tilman**. Zij stellen zich op de komende pagina's voor. De foto's zullen worden gebruikt voor de website, social media en andere gedrukte media. Allereerst **zijn er foto's gemaakt voor de wervingscampagne voor nieuwe medewerkers** in het Beatrixhuys.

De wervingscampagne voor nieuwe medewerkers loopt inmiddels. Er verschijnen regelmatig advertorials in Haren de Krant en op **Facebook**, **LinkedIn** en **Instagram**

Mijn naam is **Jolanda Staal** en ik werk als woonzorgassistent in Westerholm. Ik woon samen met Jasper en onze twee kinderen (Maud 4 jaar en Sven 2 jaar) in het mooie Kruisweg. Naast mijn gezin en werk fotografeer ik veel. Mijn passie bij het fotograferen ligt vooral bij **familie/gezinnen/kinderen en baby's**.

Het mooiste aan fotograferen vind ik het vastleggen van dierbare momenten. Sinds ik zelf moeder ben, koester ik het vastleggen van deze momenten nog meer. Uit ervaring weet ik dat we juist de kleine dingen en bijzondere momenten soms vergeten.

Zoals ik al schreef, mooie momenten moet je vastleggen, zo ook voor Westerholm. Een plek voor velen waar met plezier gewoond en gewerkt wordt.

Samen met een aantal collega's leggen we deze momenten vast. Zo heb ik voor het werven van nieuw personeel een reportage gemaakt van collega's op de werkvloer, groepsfoto's en portretfoto's, om zo een beeld te schetsen wat de werkzaamheden en de sfeer binnen Westerholm is.

We zullen dus geregeld met een camera in onze handen door en buiten Westerholm te vinden zijn.



De fotografen van Westerholm!

Beste bewoners,

Graag willen wij ons even voorstellen, al hebben sommige van u ons vast wel eens gezien tijdens ons werk in Westerholm. Voor alle nieuwe bewoners, wij zijn **Peter Dijkstra** en **Christina Tilman** en werken in Westerholm. Christina als woonzorgassistente en Peter als helpende op de 1^e etage en in het Holmhuys. We werken hier met veel plezier. Naast ons werk vinden we fotograferen erg leuk. Binnen Westerholm is er een nieuwe fotoclub opgericht waar wij deel van uitmaken. U zult ons regelmatig tegenkomen met een fotocamera, en wie weet maken we een mooie foto van u tijdens leuke of bijzondere gebeurtenissen hier in huis. Wij vragen u natuurlijk vooraf toestemming voor publicatie. Mocht u zelf een leuk fotomoment hebben, dan kunt u dit altijd aangeven via de receptie. Zodat we uw mooie momenten kunnen vastleggen.

Een fotogroet van Peter & Christina



Graag wil ik mij als een van de fotografen voor Westerholm aan u en jullie voorstellen. Ik ben **Nienke Hoekstra**, 32 jaar en ik werk alweer 11 jaar met veel plezier in Westerholm. Naast mijn werk als receptioniste ben ik secretaris van de Ondernemingsraad, en sinds kort dus een van de huisfotografen voor Westerholm ☺ In mijn vrije tijd ben ik veel en graag bezig met fotograferen en **foto's bewerken. Mijn hart ligt bij fotograferen in de natuur en in het bijzonder bij macrofotografie, waarbij je kleine onderwerpen (bijvoorbeeld bloemen of zelfs delen van bloemen) groot in beeld brengt.** Toen ik de oproep zag voor huisfotografen voor Westerholm was ik direct enthousiast. Voor Westerholm fotografeer ik buiten en in de omgeving en daarnaast leg ik activiteiten en momenten die met de seizoenen en bijzondere- en feestdagen te maken vast. Mijn hobby gecombineerd met mijn werk: hoe leuk is dat!



Bij deze wil ik me nog even voorstellen voor degene die mij niet kennen.

Ik ben **Alletta Tilman**, werkzaam als verzorgende-IG op de begane grond en aandachtsvelder ergocoaching, palliatieve zorg en gvp-er (gespecialiseerd verzorgende psychogeriatric). Maar ook één van de personeelsleden die het superleuk vindt om soms ongemerkt een kiekje te maken van die momenten die voor ons allen waardevol zijn.

Daar waar wij als verzorgende, familie en bewoners blij van worden.

Mijn interesse ligt privé in de natuur en tevens maak ik wekelijks fotoverslagen bij de

voetbalvereniging Annen van de wedstrijden en fotoshoots van de pupillen van de week.

Ik vind het dan ook erg leuk om binnen Westerholm op fotogebied iets te kunnen betekenen.



Door Eppo van Koldam

Bij mijn historisch onderzoek kom ik af en toe verhalen tegen over de ouderenzorg in het verleden. Wat te denken van de zorg voor de 85-jarige Jannetje Robij. Zij woont in Helpman bij haar dochter en schoonzoon, de timmerman Harm Dekens. Maar het gaat niet goed met haar. De burgemeester van de gemeente Haren (waartoe Helpman tot 1915 behoorde) krijgt klachten van burens over de slechte behandeling die Jannetje van haar schoonzoon ontvangt. Na onderzoek is zijn conclusie duidelijk: Jannetje moet weg uit dat gezin.

Maar hoe regel je dat. Wooncentra als Westerholm bestaan er nog niet. Een opname van Jannetje in een ander gezin is eigenlijk de enige oplossing. Dat zal echter niet voor niets gaan. Een vergoeding van f.2,50,- per week is toch wel het minste voor een gastgezin. Gelukkig heeft de burgemeester kunnen regelen dat het gesticht Weltevreden in Harenmolen f.1,50 per week bij wil dragen. Maar dat is nog niet genoeg. Het is wenselijk, dat ook Harm Dekens f.1,- per week bijdraagt. Die lijkt daar echter niet toe te bewegen.

Nu bedenkt de burgemeester een truc. Harm Dekens is in dienst bij de industrieel Jan Evert

Scholten voor het onderhoud van zijn buitenhuis, de Villa Gelria in Helpman. Als de heer Scholten nu eens bereid is om f.1,- per week in te houden op het loon van Dekens en af te dragen aan de gemeente, dan is de financiering rond. De opzet lukt en zo kan Jannetje inderdaad geplaatst worden in een pleeggezin. Daar woont ze het **laatste half jaar** van haar leven. De benodigde bijdrage van Harm Dekens valt zelf nog mee, een bedrag van f.0,50 per week is voldoende.

Op 28 december 1878 kan de burgemeester het dossier Jannetje Robij afsluiten met de volgende **brief aan Jan Evert Scholten: "Mag ik u beleefdelijk** verzoeken het gedeelte weekgeld, ingehouden van het loon van uwen timmerman H. Dekens ten behoeve zijner nu overleden schoonmoeder, aan bringer deze te willen mee geven. Het bedrag is van 1 mei tot 25 december 34 weken à 50 cent, **maakt f.17,00."**



Een wandeling met mevrouw H.A.M. Worpenberg-te Riele

Door Aadje van Duuren

Vandaag mag ik wandelen met mevrouw Worpenberg, voor velen van ons "Riet". We wandelen door haar/onze buurt.

Mevrouw komt uit een gezin van 10 kinderen, een fijn gezin, doch streng en rechtvaardig. Er heerste een goede sfeer, er was ruimte voor eigen ideeën en bijna nooit ruzie. De positiviteit van toen straalt mevrouw nu nog uit. Mevrouw woont al 50 jaar in Haren, de laatste 35 jaar aan de Beatrixlaan.

Mevrouw heeft de kweekschool gedaan en in het onderwijs gewerkt, onder andere in Haren op de Nicolaasschool. Zij was remedial teacher, heeft daar fijne herinneringen aan. Als er kinderen waren die moeite hadden met een bepaald vak, kwamen die bij haar terecht. Tijdens het gesprek benoemt **mevrouw hoe mooi het is dat zij ondanks dat zij in 'de Herfst' van haar leven is, zelf de keuze kan/mag maken om in haar eigen buurt nog één keer te verhuizen.** Zij voelt dat als een gunst. En precies daar waar haar nieuwe appartement nu staat, stond vroeger de school waar zij werkte.

We wandelen door de buurt, mevrouw in haar scootmobiel. De zon schijnt en er zijn best wat mensen op straat. Mevrouw wordt aangesproken door verschillende mensen die zij kent, vanuit de buurt maar ook ouders van kinderen die bij haar les kregen vroeger. Die ouders wonen nu ook in Westerholm. We hebben gezellig even in de binnentuin gezeten, de sfeer geproefd. Mevrouw geeft aan het wel te zien zitten naar Westerholm te verhuizen. Zij ziet pluspunten in het samen gezellig dingen doen, een **praatje maken, activiteiten bijwonen en "als ik een keer geen zin heb, hoeft het ook niet".** Mevrouw heeft nu thuis ook al de maaltijden van Westerholm, het eten is lekker en het lijkt haar leuk dat ze straks als ze dat wil in het restaurant kan eten, zeker als er ook iemand uitgenodigd kan worden. Hoe dan ook, ze gaat er iets van maken, heeft ook wel zin in nieuwe contacten.

Mevrouw is met haar zoon bij de Open Huis Dag geweest. Ze zag weer bekenden, was even in haar appartement en is in haar hoofd al aan het inrichten. Dat wordt nog wel wat, maar het komt helemaal goed.

Ik bedank mevrouw voor de wandeling.



Stage lopen in "de Wijk"

wat vinden onze stagiaires ervan?

Zelf ben ik, Aadje van Duuren, al 12 jaar **werkzaam in 'de wijk'** en ik was nieuwsgierig hoe de stagiaires het werken bij Westerholm ervaren. Ze zijn net zo enthousiast en bevlogen als mijn collega's en ik.



Soraya Olsuin en Deborah de Boer

Ik stel ze voor:

Wij zijn **Soraya Olsuin**, 25 jaar en derdejaars student mbo-verpleegkunde, en **Deborah de Boer**, ook 25 jaar en student eerstejaars hbo-verpleegkunde. Wij lopen allebei 20 weken stage in het wijkteam van Westerholm. Beiden hebben we het hier goed naar ons zin. We vinden het heel leerzaam, omdat iedere wijkbewoner zijn eigen zorgvraag heeft en op een unieke manier benaderd moet worden, in de eigen vertrouwde en veilige omgeving. Juist in de thuiszorg is het belangrijk de mensen die zorg krijgen te stimuleren zo veel mogelijk zelf te blijven doen. Dit vooral omdat er niet continu zorg in de buurt is. Doordat we elke week één tot meerdere keren bij iemand thuis komen, bouwen we een band op. Het voelt zo fijn als iemand je herkent, onthoudt waar je het de vorige keer over hebt gehad of vraagt hoe je weekend was. Stage lopen in de thuiszorg vraagt om flexibiliteit en creativiteit, iedere situatie en ieder huis is verschillend. Je hebt niet een grote voorraadkast met materialen tot je beschikking, soms is het passen, meten en improviseren. Persoonsalarmeringen vinden wij als stagiaires heel leerzaam maar ook een beetje spannend om mee te maken, je weet vaak niet wat je aantreft en welke acties je zal gaan ondernemen. Het wijkteam is een klein maar gezellig team, we voelen ons beiden heel welkom én **gezien door onze collega's. We krijgen de ruimte en het vertrouwen om steeds meer taken zelfstandig te ondernemen.** Zo hebben we samen al een aantal keren de route zelfstandig gedaan. We genieten beiden van het contact met de wijkbewoners en we hebben al veel geleerd de afgelopen periode tijdens onze stages binnen het wijkteam!

Fitnessruimte Westerholm

In het souterrain van Westerholm is een fitnessruimte ingericht. Hier kan groepsgewijs, zelfstandig en onder begeleiding van een fysiotherapeut gesport worden. De fitnessruimte is elke dag open van 09:00 uur tot 21:00 uur. Als u interesse in sporten heeft, kunt u zich bij de receptie aanmelden.

- Groepsgewijs sporten kan iedere werkdag tussen 11.00-12.00 uur
Hieronder valt het gezamenlijke doordeweekse beweeguur en het sporten met behulp van de apparaten in de fitnessruimte. Er is dan iemand aanwezig die begeleiding en ondersteuning biedt. Op vrijdag is de gymles onder leiding van een docent. Voor het groepsgewijs sporten wordt een **maandelijks bijdrage van € 10,00 per maand gevraagd, ongeacht het aantal keren dat u sport**. U betaalt via automatische incasso.
- Zelfstandig sporten kan volgens het rooster op de vrije momenten
Vooraf wordt er een verklaring getekend waarin aangegeven is dat u zich bewust bent van de risico's. Ook wordt er een check gedaan door een sportinstructeur of individueel sporten zonder toezicht verantwoord is. Iedere gebruiker van de fitnessruimte draagt een alarmknop. Bewoners betalen voor het individueel gebruik geen bijdrage.
- De fitnessruimte wordt onder bepaalde voorwaarden ook gebruikt voor behandeling door een fysiotherapeut op medische indicatie. Indien van toepassing worden hierover afzonderlijke afspraken gemaakt.

Er zijn nieuwe apparaten aangeschaft: een PraxFit beeldfiets en een GeroPress.
Met de PraxFit is bewegen een feest, je hoeft de deur niet meer uit om een fantastische fietstocht te maken. Net als op een echte fiets bepaalt het aantal omwentelingen hoe snel je je voortbeweegt op het scherm: het is alsof je echt door het landschap fietst! De veranderende omgeving stimuleert de gebruiker om te blijven bewegen. De PraxFit heeft meer dan 50 routes, om lekker te toeren door pittoreske dorpen en fraaie landschappen en bekende steden te ontdekken.



De GeroPress maakt het mogelijk om rechtstreeks vanuit een rolstoel of vanuit de bijbehorende GeroStoel een bovenlichaamtraining en beenoefeningen uit te voeren. Voor de bovenlichaamoefeningen zijn twee handgrepen gemonteerd die onafhankelijk van elkaar kunnen worden aangetrokken. Elke handgreep kan tot 25 kg belast worden. De beentraining kan worden uitgevoerd door het aanduwen van het linker- of rechtervoetpedaal. De voetpedalen zijn volledig onafhankelijk van elkaar maar kunnen eventueel ook gekoppeld worden. De voetpedalen zijn in graden en in hoogte instelbaar. Elk pedaal kan tot 50 kg belast worden.

In ontmoeting met elkaar

Activiteiten bij Westerholm

Voor bewoners van Westerholm en bewoners in de wijk organiseren wij diverse activiteiten. Deze zijn afgestemd op de wensen van onze doelgroep. De activiteiten worden in kleinere of grotere groepen aangeboden in de Huyskamers en in het Grand Café.



Activiteiten

Elke dag samen koffiedrinken in de huyskamers en de Grand Café vanaf 10.00 uur. In het weekend vanaf 10.30 uur.

Het restaurant, voor de warme maaltijd is dagelijks geopend van 12.00 tot 13.00 uur.

Maandelijks zijn er borreluurtjes en een herensociëteit.

U kunt meedoen aan spelletjesmiddagen met sjoelen, rummikub, scrabble, dammen.

Er zijn creatieve activiteiten zoals kleuren, kaarten maken, bloemschikken.

U kunt met elkaar in het Grand Café kijken naar natuurfilms, muziek-en speelfilms.

Er zijn muziekconcerten, lezingen over allerlei onderwerpen.

Wekelijks bieden we Meer Bewegen met begeleiding aan in de Huyskamers en het Grand Café.

Er worden korte wandelingen in de omgeving van Westerholm georganiseerd.

U wordt door middel van het wekelijkse Nieuwsbulletin op de hoogte gehouden van de wekelijkse activiteiten. Ook is er een overzicht van de activiteiten te lezen op onze website www.westerholm.nl

Heeft u zelf voorstellen of ideeën voor activiteiten? Laat het ons weten!





Agenda

In ons Nieuwsbulletin, die wekelijks bij onze bewoners in de bus valt, kunt u lezen wat er georganiseerd wordt. Verder kunt u ons activiteitenoverzicht lezen in het Grand Café of op onze website: www.westerholm.nl

Tips

Ideeën en wensen voor een activiteit kunt u laten weten aan het Hospitality team: Janneke Postema en Verona Duursma. Zij zijn bereikbaar via onze receptie: 050 534 21 22 of info@westerholm.nl



Faciliteiten

De bewoners van woonzorgcentrum Westerholm krijgen regelmatig op papier het activiteitenprogramma, het menu en de mededelingen. Belangstellenden kunnen deze informatie ook vinden op onze website: www.westerholm.nl of: www.facebook.com/zorgcentrumwesterholm

Winkeltje in Westerholm

Het winkeltje is geopend op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 10.30 tot 11.30 uur. Heeft u wensen over het assortiment, bespreekt u dit met het personeel van het winkeltje.

Elke woensdag staat de SRV wagen (tussen 10.15– 11.15 uur) bij Westerholm. Uw SRV-boodschappenlijstje levert u uiterlijk woensdags 10.00 uur in bij de receptie.

Pedicure

Bewoners in Westerholm kunnen zelf een pedicure regelen. Heeft u nog geen pedicure en heeft u een nodig, vraag dan uw **EVV'er**. Deze weet welke pedicures regelmatig in Westerholm komen.

Kapper

Mevrouw Hegge is op dinsdag- en donderdagmorgen in Westerholm. Afspraken gaan via de **EVV'er**.

Duo scootmobiel en Duo fiets

Samen erop uit, wat is er gezelliger? In Westerholm hebben we een duo scootmobiel en een duo fiets beschikbaar. Zodat u samen op stap kunt, terwijl er maar één bestuurder nodig is. Hierdoor is het altijd mogelijk iemand mee te nemen die niet per se hoeft te rijden. U kunt de scootmobiel en fiets reserveren bij de receptie van Westerholm. Voordat u pad gaat, krijgt u een korte instructie over het gebruik, zodat u vertrouwd en veilig de weg op kunt. De scootmobiel en fiets zijn door ons verzekerd en wij zorgen ervoor dat u goed zichtbaar bent met een reflecterend vest over de stoel van het scootmobiel.

