

Schuif op 5 mei aan bij de Vrijheidsmaaltijd

Vrijheid heeft vele gezichten - en kunst maakt die zichtbaar.

Tijdens de nationale Bevrijdingsdag staan we stil bij de waarde van vrijheid en democratie. We serveren soep met broodjes en nodigen je uit om samen in gesprek te gaan.

We vragen deelnemers een afbeelding mee te nemen van een kunstwerk dat vrijheid of oorlog verbeeldt. Dat kan een kunstklassieker zijn, maar ook een straattekening of een kunstwerk thuis. Deze beelden vormen het vertrekpunt voor de gesprekken aan tafel: over wat vrijheid voor ieder van ons betekent – groot of klein, persoonlijk of maatschappelijk.



Lezing Kunst in tijden van oorlog

Tijdens de lezing belicht Marie José Eijkemans, aan de hand van voorbeelden uit de kunstgeschiedenis, de verschillende manieren waarop kunstenaars reageren op oorlog en conflict. De lezing nodigt uit tot vragen en gesprek, waarbij de afbeeldingen die eerder aan tafel zijn besproken verder worden uitgediept. Marie José is kunstenaar en verzorgt lezingen, cursussen en “proeverijen” over kunst.

Dinsdag 5 mei in de Bieënkorf

18.00 - 19.30 uur Vrijheidsmaaltijd
19.30 - 21.00 uur Lezing

U kunt zich aanmelden via de gastvrouwen.

Deze Vrijheidsmaaltijd wordt georganiseerd door Park Zuiderhout samen met stichting PostSchool en is mede mogelijk gemaakt door Vfonds.

4 mei Dodenherdenking

Op maandag 4 mei besteedt Park Zuiderhout aandacht aan de slachtoffers van de Tweede Wereldoorlog, de Nationale Dodenherdenking. Er worden twee bijeenkomsten georganiseerd en u kunt aan beide deelnemen.

Van **15.00 tot 16.30 uur** vindt er in de Bieënkorf een samenzijn plaats waar stilgestaan wordt bij de betekenis van 4 mei en geluisterd wordt naar bewoners met hun ervaringen met de Tweede Wereldoorlog. Er worden kransen gelegd en er is sfeervolle livemuziek. Het officiële samenzijn wordt gevolgd met een nazit met koffie in dezelfde ruimte.

Van **19.30 tot 21.00 uur** bent u welkom in - Bieënkorf om gezamenlijk op groot scherm te kijken naar de Nationale Dodenherdenking op de Dam in Amsterdam. Ook dan krijgt u koffie aangeboden.

Dodenherdenking Park Zuiderhout

15.00 - 16.30 uur in de Bieënkorf

Nationale Dodenherdenking op de Dam

19.30 - 21.00 uur in de Bieënkorf



VRJHEID
DEEL JE
MET ELKAAR

Duofietsdag

Komt u ook een ritje maken op de duofiets? Tijdens Bevrijdingsdag willen we de duofiets extra onder de aandacht brengen.

Veel bewoners maken er al dankbaar gebruik van. Het is heerlijk om samen met uw familielid, kennis of een vrijwilliger een rondje te fietsen.

Ervaar de vrijheid van een ontspannen fietsrit! De fiets is elektrisch ondersteund: u kunt actief meefietsen, maar ook gewoon genieten van de wind door uw haren en de mooie omgeving van Teteringen.

Nu de lente is aangebroken, is het extra fijn om er even op uit te gaan. Fiets bijvoorbeeld naar IJsbouderij Snoek voor een heerlijk ijsje.

Duofietsdag op 5 mei

Op 5 mei staan Judith, Femke en vrijwilligers voor u klaar om samen een fijn ritje te maken. Het is de ideale gelegenheid om kennis te maken met de duofiets. Om zoveel mogelijk mensen te laten deelnemen, maken we korte rondjes, maar er is zeker genoeg tijd om even lekker de haren in de wind te voelen.

Ook familie en vrienden die nog nooit gebruik hebben gemaakt van de duofiets zijn van harte welkom voor een introductie- en oefenritje.

U kunt zich opgeven via de gastvrouw.

De Nachtwacht

Voor sommigen is het niet altijd mogelijk om eropuit te gaan en musea te bezoeken. Daarom brengt het Rijksmuseum zijn beroemde kunstwerken naar u toe.

Niet de originelen, maar wel levensechte reproducties op ware grootte!

Vijf jaar geleden hebben we hier al van mogen genieten, en nu keert De Nachtwacht opnieuw terug. De replica blijft drie weken staan, zodat iedereen in alle rust dit indrukwekkende meesterwerk kan bewonderen.

De Nachtwacht wordt op 28 april opgebouwd in het Atrium en is daar tot en met 19 mei te zien.

Park Bulletin per e-mail

Wilt u - of willen uw naasten - elke twee weken per e-mail geïnformeerd worden over de activiteiten en wetenswaardigheden van Park Zuiderhout? Laat het ons dan weten; we sturen met plezier het Park Bulletin digitaal toe.

U kunt per e-mail aanmelden via contact@parkzuiderhout.nl onder vermelding van 'verzendlst Park Bulletin'. Wilt u daarbij aangeven wat uw relatie tot Park Zuiderhout is?

Geraniummarkt

Op zaterdag 9 mei staan Agnes en Peter samen met de tuin vrijwilligers weer voor u klaar tijdens de jaarlijkse Geraniummarkt in onze mooie tuin.

Tijdens de markt kunt u in de tuin geraniums en andere eenjarige planten kopen. Neem gerust uw bloembak mee en laat deze ter plekke vullen met prachtige bloemen!

Voor het vullen van uw bakken wordt een kleine vergoeding gevraagd voor de potgrond. Het bedrag is afhankelijk van de grootte van uw bak of pot. Kunt u zelf uw bloembak niet meenemen? Geen probleem, wij halen de bloembakken graag bij u op!

Ook is er dit jaar een kraampje waar wenskaarten te koop zijn. Deze zijn gemaakt door een aantal bewoners tijdens het wekelijkse inloopatelier. De opbrengst komt ten goede aan een leuke openbare activiteit, georganiseerd door de huurders van Park Zuiderhout.

Familieleden, vrijwilligers en personeel zijn van harte welkom om ook planten te komen kopen en gezellig mee te genieten van de markt. Om 14.30 uur zorgt Peter samen met zijn band "Kzoutniewete" voor een vrolijke muzikale noot in de tuin.

Kom gezellig langs!

Zaterdag 9 mei
10.00 tot 16.00 uur

Week 18

Maandag 27 april Koningsdag

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in de Bieënkorf

11.00 - 12.00 uur

Repetitie Koor in kleur in De Bieënkorf

Dinsdag 28 april

10.00 - 11.30 uur

Koffie-uurtje in het Atrium

10.00 - 10.45 en 11.00 - 11.45 uur

Fun en fit o.l.v. Judith in De Bieënkorf

12.30 - 13.45 uur (inloop vanaf 12.15 uur)

Snackuurtje (Broodje kroket)

in het Grand - Café

13.30 - 16.30 uur

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

14.30 - 16.00 uur

Koffiemoment Huurders in De Bieënkorf

Woensdag 29 april

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in het Atrium

10.00 - 11.00 en 11.00 - 12.00 uur

Top fit o.l.v. Jolanda in De Bieënkorf

10.30 - 11.15 uur en 11.15 - 12.00 uur

Tuinclub groep 1 & 2

14.30 - 15.30 uur

Muziekmiddag met Harmonieorkest DaCa-po in De Bieënkorf

19.00 - 22.00 uur

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

Donderdag 30 april

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in het Atrium

10.00 - 11.00 uur

Parkinson boksen in De Bieënkorf

13.30 - 14.30 uur

Sportclub huurders in De Bieënkorf

14.00 - 16.00 uur

Koersbal in het Atrium

Vrijdag 1 mei

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in het Atrium

10.00 - 11.00 & 11.00 - 12.00 uur

Time 2 move o.l.v. Corné in De Bieënkorf

14.30 - 15.30 uur

Optreden van Schipperskoor De Doorsluizers

Zaterdag 2 mei

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in het Atrium

16.00 uur (inloop vanaf 15.30 uur)

Vorbereiding op de zondag in de kapel

Zondag 3 mei

10.00 uur

Eucharistieviering in de kapel

10.30 - 11.30 uur

Koffie-uurtje in De Bieënkorf

Week 19

Maandag 4 mei Dodenherdenking

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje + braintrainer in het Atrium

10.00 - 10.45 uur

Bezoek kinderen Partou in De Bieënkorf

11.00 - 12.00 uur

Repetitie Koor in kleur in De Bieënkorf

15.00 - 16.30 uur

Dodenherdenking Park Zuiderhout

In de Bieënkorf

19.30 - 21.00 uur

Uitzending Nationale Dodenherdenking

In de Bieënkorf

Dinsdag 5 mei Bevrijdingsdag

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in de Bieënkorf

10.00 - 17.00 uur

Duofietsdag vanaf de receptie

18.00 - 19.30 uur

Vrijheidsmaaltijd In de Bieënkorf

19.30 - 21.00 uur

Lezing Kunst in tijden van oorlog

In de Bieënkorf

Woensdag 6 mei

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in het Atrium

10.00 - 11.00 en 11.00 - 12.00 uur

Top fit o.l.v. Jolanda in De Bieënkorf

10.30 - 11.15 uur en 11.15 - 12.00 uur

Tuinclub groep 1 & 2

14.30 - 15.30 uur

Muziekmiddag Bevrijdingsconcert met Koor in Kleur in De Bieënkorf

19.00 - 22.00 uur

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

Donderdag 7 mei

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in het Atrium

10.00 - 11.00 uur

Parkinson boksen in De Bieënkorf

13.30 - 14.30 uur

Sportclub huurders in De Bieënkorf

14.00 - 16.00 uur

Koersbal in het Atrium

14.30 - 15.30 uur

Bijbelvertelling - Levi de Tollenaar - In De Bieënkorf

Vrijdag 8 mei

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in de Bieënkorf

10.00 - 11.00 & 11.00 - 12.00 uur

Time 2 move o.l.v. Corné in De Bieënkorf

14.30 - 16.00 uur

Spellenmiddag in het Atrium

Zaterdag 9 mei

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in het Atrium

11.00 - 12.00 uur

Optreden van Accordeon ensemble 4-8-16 uit Made in De Bieënkorf

16.00 uur (inloop vanaf 15.30 uur)

Vorbereiding op de zondag in de kapel

Zondag 10 mei

10.00 uur

Eucharistieviering in de Kapel

10.30 - 11.30 uur

Koffie-uurtje in De Bieënkorf

Het warme middelpunt van de dag

Woonondersteuners zijn voor veel bewoner het warme middelpunt van de dag. Ze zien én worden gezien. In maart hebben 25 woonondersteuners een scholingstraject afgerond. Een moment om trots op te zijn.

Wat het scholingstraject heeft gebracht, en hoe de rol van woonondersteuner er in de praktijk uitziet vertellen Lars, team Zuiderheide, en Bianca, team Patersveld, uit eigen ervaring. “We doen het echt samen als team,” vertelt Bianca.

Een rol die steeds meer betekenis krijgt

De functie van woonondersteuner heeft een ontwikkeling doorgemaakt. Waar het werk ooit bestond uit rondes langs kamers, is de huiskamer nu het warme middelpunt van de afdeling. Het contact is dichterbij en veel meer gericht op zelf doen en samen leven.

Bianca kijkt terug op die verandering: “Vijf jaar geleden liep ik met een karretje langs alle kamers. Nu komen bewoners naar de huiskamer toe. We hebben meer vaste taken maar juist even bij de bewoner gaan zitten voor een kop koffie is ook belangrijk.”

Door het scholingstraject zijn ze nog bewuster gaan kijken naar wat bewoners zelf kunnen. “Laat iemand eerst zelf proberen, als het niet gaat, doen we het samen.” Daarnaast mogen woonondersteuners dankzij hun extra scholing nu meer zorgtechnische handelingen uitvoeren.



Het werk is gevarieerd en leeft mee met het ritme van de bewoners. Een spelletje, de gezamenlijke lunch of een extraatje, het zijn de momenten die de dag maken.

Zien én gezien worden

Het mooiste aan hun werk? Het wederzijdse contact. Bewoners voelen zich gezien, maar andersom voelen de woonondersteuners dat net zo.

Bianca vertelt: “Aan het einde van de dag bedankt een bewoonster altijd voor de fijne dag met handkusjes en een glimlach. Die dankbaarheid vind ik het mooiste aan dit werk.”

Humor helpt daarbij, zoals bij de bewoonster waarbij Lars regelmatig haar haar doet in de ochtend. “Dan vraagt ze of ik kapper ben. Dan grap ik: ‘Ja hoor, het werk als woonondersteuner doe ik er nog even bij. Of een bewoner die vraagt wat ik vroeger op TV keek, dan zet ik K3 op. Je ziet iedereen dan echt genieten,” vertelt Lars glimlachend.

Sfeerbeelden



Vrijwilligers werden in het zonnetje gezet en verwend tijdens het vrijwilligersdiner!



We genoten van een zonnige wandeling naar Snoek, waar we genoten van een heerlijk ijsje, met ondersteuning van vrijwilligers van Van Oers.



Bepakt en bezakt op weg naar het zwembad Sonsbeek!



Hier deden we mee met de aquarobicsles.



Moe maar zeer voldaan terug naar Park Zuiderhout.

Vaste (openings)tijden

Toko - tel. 4128
Iedere dag: 10.30 - 12.00 uur

Grand Café 't Bruine Paard - tel. 4124
Iedere dag: 14.30 - 17.30 uur
Donderdagavond na themadiner: 19.00 - 21.00 uur

Gastvrouwen/-heren - tel. 4333
Maandag t/m vrijdag: 8.30 - 17.00 uur

Gastvrouwen/-heren - tel. 4000
Maandag t/m vrijdag: 8.30 - 17.00 uur

Kapsalon - tel. 4178
Dinsdag en donderdag: 8.30 - 18.00 uur
Op afspraak

Dagelijks koffiedrinken
Maandag t/m zaterdag: 10.00 - 11.00 uur in
het Atrium

Zondag: 10.30 - 11.30 uur in De Bieënkorf

Opticien
Iedere 2de donderdag van de maand is er
een opticien van Rob Boon aanwezig. U
kunt een afspraak maken via de gastvrou-
wen.