ROOMBURGH magazine

september 2020

- DE HUURDERSRAAD;
- HANDMASSAGEBOX;
- BIJNA 5 JAAR MEVERO;
- DIGICOACHING;
- IN MEMORIAM: NEL VAN DUUREN;
- SPELLETJES VAN VROEGER;
- GEBOORTENIEUWS;
- ONVERWACHTE VRIENDSCHAP.

THEMA
VRIENDSCHAP

R.K. Zorgcentrum
ROOMBURGH

Gedicht

Vriend

Je hebt iemand nodig
stil en oprecht
die als het erop aan komt
voor je bidt of voor je vecht
pas als je iemand hebt
die met je lacht en met je grient
dan pas kun je zeggen:
'k heb een vriend.

Als je iemand hebt
die alles met je deelt
de tafel en het bed
één die nooit verveelt
als je iemand hebt
die al je zorgen heelt
weet je wat dat zeggen wil
weet je wat dat scheelt?

'k heb een vriend.
Pas als je iemand hebt
die met je lacht en met je grient
dan pas mag je zeggen:
'k heb een vriend.

Toon Hermans

Van de redactie

De hete zomer is voorbij en de herfst lijkt al een beetje z'n intrede te doen met de stevige buien. Het coronavirus is nog niet voorbij helaas, maar we proberen zo hier en daar weer wat activiteiten op te starten. We hopen het virus buiten de deur te houden en vragen u daarom opnieuw de voorschriften goed op te volgen, hoe lastig het ook is. De 1,5 meter afstand is echt van belang!

Het thema deze maand is Vriendschap, juist de afgelopen maanden hebben we gemerkt hoe belangrijk dat is. We hebben elkaar nodig! Probeer naar elkaar om te kijken, ook naar de mensen die niet zoveel aandacht vragen. Verder weer mooie gedichten, herinneringen van mevrouw Cornelissen en Erwin du Prie, ons nieuwe redactielid, laten ons delen in één van hun belevenissen.

Veel leesplezier!

Voorwoord

Het thema van dit nummer is vriendschap. Vriendschap is een goede remedie tegen eenzaamheid. Het beste middel tegen eenzaamheid is iemand opzoeken die ook eenzaam is. Een tijd geleden heb ik een mooi artikel hierover gelezen waarin 4 niveaus worden onderscheiden in vriendschap.

Op het eerste niveau ben je bekenden. Je kent elkaar en hebt een wederzijdse afhankelijkheid bijvoorbeeld als collega. Je drinkt wel eens wat samen, weet een beetje over elkaars leven en praat over veel algemeenheden omdat je regelmatig contact hebt. Het contact is er met name door een wederzijdse afhankelijkheid. Vervalt die afhankelijkheid dan is de vriendschap snel verdwenen en verlies je elkaar uit het oog.

Op het tweede niveau ben je maatjes. Sociale vrienden met wie je samen en soms in gezinsverband veel activiteiten onderneemt op basis van gemeenschappelijke interesses. Je deelt een hobby of passie zoals sport, cultuur, je gaat samen op vakantie, etc. Je kent elkaar redelijk goed maar de onderlinge gesprekken gaan niet veel verder dan vooral algemeenheden zoals gezin, werk, etc. De kern van deze vriendschap is sociaal en recreatief.

Op niveau drie ben je vrienden. Vrienden met wie je een stap verder gaat dan op niveau 2. Je kunt ze om advies vragen en waardeert ze om hun wijsheid en inzicht. Je helpt elkaar als het eens tegenzit en na lange tijd geen contact gehad te hebben kun je de draad zo weer oppakken omdat de basis van vertrouwen er al zo lang is. Dit zijn ook vrienden die bereid zijn iets voor je te doen, ze komen eens helpen, brengen je naar de luchthaven, etc. De vriendschap gaat echter niet zo diep dat je echt alles van elkaar weet.

Niveau vier ten slotte is kameraadschap. Om van niveau 3 naar 4 te stijgen zijn er vaak onderling dingen gebeurd waardoor de relatie veranderd is. Dit kan een flinke ruzie zijn geweest op basis waarvan je eindelijk dat diepe gesprek hebt kunnen hebben of het is een gezamenlijke ervaring geweest waar je elkaars kwetsbaarheid gezien hebt. Hierdoor is iedere vorm van onderlinge competitie verdwenen en ben je in staat je kwetsbaar op te stellen en je geheimen prijs te geven. Je bent er als de ander je nodig heeft, zonder oordeel en in iedere situatie. Dit niveau is zeldzaam. Wij nemen er geen tijd meer voor en wij vinden het moeilijk een stukje kwetsbaarheid en afhankelijkheid aan de ander te geven. Toch hebben wij vriendschap op dit niveau het hardste nodig.

Langs deze lijnen kijken naar vriendschappen helpt wellicht om herinneringen op te halen en mogelijk zelfs om weer eens contact te zoeken. Nieuwe vriendschappen zijn altijd mogelijk, wie zet de eerste stap?

Bert Buirma
Directeur Roomburgh

Inhoud

2 Gedicht
Van de redactie
3 Voorwoord
Inhoud
4 De huurdersraad
Mededeling bibliotheek
Zomers freubelen op KSW
5 Woord van de Rector
6 Breng eens een zonnetje
7 Handmassagebox
Gebruik liften
Vriendschap
Koffieochtend in de tuin
8 Bijna 5 jaar MeVeRo
9 Fotoverslag activiteiten
11 Digicoaching
12 Activiteitenkalender
Van het reisbureau
13 Vriendschappen
Taarten bakken
14 Gedicht
In memoriam
15 In memoriam: Nel van Duuren
Over vriendschap
16 Spelletjes van vroeger
17 Geboortenieuws
19 Onverwachte vriendschap
20 Moppen
21 Column
23 Contact & informatie
24 Woordzoeker

De huurdersraad

Ter herinnering: wij - Henny van Duijn, Tine Zaalberg en Igo Neervoort - zijn met ons drieën de Huurdersraad. Dat is een orgaan waar bewoners van de aanleunwoningen terecht kunnen voor zaken en initiatieven rondom de woning en het gebouw: gas, water en licht, hang- en sluitwerk, de huur, onderhoud en toekomstplannen. Wij zijn echter geen doorgeefluik voor reparaties en klachten. Deze geeft u telefonisch of op papier door **aan de receptie**. Daar worden de verzoeken geregistreerd, gedelegeerd en gevolgd. Gebeurt er vervolgens niets mee of krijgt u bij herhaling geen antwoord, dan kunt u bij ons aan de bel trekken.

Wilt u contact opnemen met ons, spreek dan een van ons aan op de gang of in de lounge. Gebruikt u e-mail? Ons centrale mailadres is: huurdersraad.roomburgh@gmail.com. Schrijft u liever? Sinds kort hebben wij ook een eigen brievenbus: bij de hoofdingang nummer 48! Wij hopen en vertrouwen op een prettige en constructieve samenwerking!

Henny, Tine & Igo

Mededeling bibliotheek

U kunt lid worden van de bibliotheek van Roomburgh voor € 5,- per jaar. Op woensdagmiddag kunt u de boeken ruilen tussen 13.30 en 14.30 uur. Wij hebben zo'n 125 grootletterboeken in onze kast staan. U mag zoveel boeken lenen als u wilt, zodat u nooit zonder leesvoer zit. De meeste mensen geven aan ons door wat zij een mooi boek vinden en wij geven dit weer aan u door. In het Roomburgh Magazine van mei stond dat u de gelezen boeken los in de boekenkast ernaast mocht neerzetten. Maar dat is niet de bedoeling! Wij hebben namelijk een kaartsysteem. Wel mag u uit de andere kasten gewoon boeken pakken en lezen. Hiervoor hoeft u geen lid te zijn. Vanaf 25 augustus zijn er nieuwe boeken. Uit welke kast u ook een boek leest, veel leesplezier.

Door Lenie Timmermans, Neel Schroef en Henny Pikaar

Zomers freubelen op KSW

Woord van de rector

IK BEN JE VRIENDJE

Een vroege jeugdherinnering. Het was in de tijd van voorbereiding op de eerste heilige Communie, dat ik (zeven jaar oud) voor het eerst verliefd raakte. Eigenlijk al een beetje dubbelhartig, want als ze me toen vroegen wat ik later wilde worden, antwoordde ik steevast: pastoor. Eigenlijk was mijn verliefdheid ook al niet 'je dat', want het was omdat het meisje van mijn voorkeur me van alles beloofde aan leuk speelgoed dat zij in overvloed bezat en dat mijn ouders ons niet konden geven (vanwege de crisisjaren toen). Ze gaf me overigens nooit iets.

In het boek der Spreuken staat: "Een vriend heeft te allen tijde lief" (17,17). Dat houdt onbaatzuchtigheid in. We zien dat in een moeder Teresa van Calcutta die zich inzette voor de verschoppelingen in India, die op straat lagen te creperen en stierven zonder dat iemand zich om hen bekommerde, terwijl heilige koeien nog steeds bijzonder vereerd worden.

Nu heeft Jezus – zo lees ik in het evangelie van Johannes (15, 12 e.v.) tot zijn leerlingen gezegd: "Dit is mijn gebod, dat gij elkaar liefhebt, zoals Ik u heb liefgehad. Geen groter liefde kan iemand hebben dan deze, dat hij zijn leven geeft voor zijn vrienden. Gij zijt mijn vrienden als gij doet wat Ik u gebied."
Liefde ten dode toe, dat is wat we in een martelaar als Maximiliaan Kolbe zien, die zich in het concentratiekamp in een hongerbunker liet opsluiten in plaats van een vader van een gezin die daartoe veroordeeld was.

In de brief aan de christenen van Rome kleurt de apostel Paulus dit in (Rom. 12,9-12): "Bemint elkaar met broederlijke genegenheid. Acht anderen hoger dan uzelf. Weest vurig van geest."

Wat u en mijzelf aangaat: als dit alles te hoog gegrepen schijnt, mogen we bedenken dat dit wegwijzers voor ons zijn. Het kan ons helpen om onze eigen relaties, onze vriendschappen, een huwelijksleven, tegen dit licht te houden en er uit te zuiveren wat niet beantwoordt aan het beeld van Christus die Zich totaal heeft weggecijferd voor ieder van ons in zijn offerdood aan het Kruis.

H.J.M. Hofstede, rector

Breng eens een zonnetje

Afgelopen periode was het thema ‘zomer’ op Kleinschalig Wonen. Nancy maakte met de bewoners slingers om de huiskamer op te vrolijken. Femke kwam langs met een versierde kar met lekkere fruit bowl met slagroom. Alle bewoners kregen een zonnetje en er werden vrolijke liedjes gezongen. Iedereen deed mee en zwaaide met zijn zonnetje. We zijn blij met de vrijheid die er weer is en dat er weer bezoek mag komen, evenals het naar buiten mogen gaan. Er wordt weer gewandeld en de duofiets wordt weer goed gebruikt. Het reisbureau is naar Tiel gegaan om kersen te halen voor de bewoners. De kersen smaakten heerlijk. Wij werden er op de afdeling blij mee verrast.

Door Willy Bakker & Femke Bolding

Advertentie

Virati
UITVAARTVERZORGING

Voor een unieke, bij u of uw dierbare passende, uitvaart waarin uw wensen centraal staan.

Directe hulp na overlijden, dag en nacht bereikbaar
085 - 130 76 32 (24/7) | www.virati.nl

Handmassagebox

Op iedere etage van kleinschalig wonen staat een handmassagebox. Zo kunnen de verzorgenden of leerlingen de bewoners verwennen met een heerlijke handmassage met geurende oliën. Maar ook u als mantelzorger kunt deze box gebruiken om u naaste een ontspannende handmassage te geven. Alle benodigdheden zitten in de box met voorbeeld. Zo komt u op een andere manier in contact met uw naaste.

Veel plezier!

Gebruik liften

Beste bezoekers van Kleinschalig Wonen (etages 1, 2 & 3),

Er zijn drie liften in Roomburgh, waarvan twee kleine en één grote. Zou u gebruik willen maken van de twee kleine liften en niet van de grote lift? Dit omdat sommige bewoners gebruik maken van een leefcirkel. Dit is een veilige zone voor een bewoner met dementie.

Het bezoek is vanaf 10.30 uur welkom. Dit omdat de zorg voor deze tijd nog druk bezig is met de ochtendzorg. Bedankt namens de bewoners en medewerkers van KSW.

Vriendschap

Vriendschap is in een ieders leven belangrijk en waardevol. Dit kun je samen delen en beleven. Je kunt altijd bij elkaar terecht en niets is gek of raar of niet bespreekbaar en of op te lossen. Je vertrouwt elkaar volledig en je hoopt natuurlijk niet teleurgesteld te worden. Vrienden zijn en/of hebben, dat heb je nodig. Samen dingen meemaken, beleven, er zijn voor elkaar. Zeer zeker hou ik van vrienden die ik dagen of weken niet zie en/of spreek, maar toch bij iedere ontmoeting merk je weer hoe sterk dan toch de band is.

Door Willy Bakker

Koffieochtend in de tuin

Harriët van Dijk organiseerde twee koffieochtenden in de tuin om elkaar na de coronacrisis weer even te zien en te spreken. Bert Buirma kwam ook nog even langs. Wel op 1,5 m afstand natuurlijk.

Bijna 5 jaar MeVeRo

Nu alweer bijna vijf jaar (zoals de titel ook aangeeft) vormen Geertje en ik (Wim) het MeVeRo-team. MeVeRo staat voor Media Verzorging Roomburgh, omdat dit omschrijft wat er op de interne TV te zien was en het woord kabelkrant heeft een hele andere betekenis/inhoud. Het begon allemaal met een praatje met Hoofd Facilitair naar aanleiding van dat mijn nichtje een aanleuningwoning in het complex kreeg toegewezen. Samen met Hans (hoofd Facilitaire Dienst) heb ik (in november 2015) samen met Ziggo voor een betere kwaliteit van het Roomburg eigen TV kanaal gezorgd. Er zat toen behoorlijk wat "ruis/sneeuw" in het beeld. En alleen een "stilbeeld" overdag van de kapel bracht mij op het idee om hier iets anders voor te gaan invullen, natuurlijk wel met voorrang voor de kapel als er daar vieringen of andere belangrijke gebeurtenissen plaatsvonden. In (ik denk week 46) de eerste testjes, toen nog met een laptop, waarmee er geen kwaliteitsproduct ontstond, en later met een Raspberry Pi, gaf dit de nodige verbetering, maar met de Kerst dat jaar was de "echte" start. Sindsdien maakte Geertje elke week weer opnieuw een presentatie/weekbericht met een diversiteit aan onderwerpen. En in de loop van de jaren komt er telkens weer meer creativiteit in de ("haar") berichten. Zoals alweer even geleden rond de kerst, plaatjes waarop ook "echt sneeuw" neerdaalde. Maar natuurlijk ontbrak het menu, de agenda voor die week niet en ook voor speciale diensten zoals Pasen, Kerst e.d. En iedere week waren er weer nieuwe muziekjes tijdens het bericht te horen. Vooral voor de bewoners van de eerste drie etages, bleek dit voor een rust/ontspanningspuntje te zorgen (dat wij natuurlijk nooit hadden bedacht), maar natuurlijk ook voor de andere afdelingen en de aanleunwoningen (van nu). Ook zijn er voor de eerste drie etages filmpjes van de provincies van Nederland vervaardigd (en op USB-stick gezet) en een mapje met muziek van een selectie uit de weekbericht muziekjes. En ook "in de Corona-tijd" zijn er 7 verschillende thema filmpjes gemaakt. Wij hebben wellicht de bewoners (hopelijk de meeste), even uit de dagelijkse "zaken" gehaald, of een stukje blijdschap en kijkplezier gebracht, maar zeker ook voor onszelf was het vreugdevol om te weten dat een aantal van hen ervan genoten heeft.

Geertje & Wim van der Leek

Wij nemen nu afscheid van Wim & Geertje en danken hen hartelijk voor hun inzet.

Fotoverslag activiteiten

De bewoners genoten van het heerlijke zomerweer en gingen regelmatig buiten een luchtje scheppen. De één te voet, de ander in de rolstoel of met de rolstoelfiets. Het leverde weer vrolijke plaatjes op :-)

Bert Kulk, onze vaste bloemist, heeft de winkelvoorraad plantjes i.v.m. hun vakantie aan Roomburgh gegeven.

Een zelf georganiseerde Bingo door Frans en Irene Lardee. Dit wordt zeer gewaardeerd en zorgt voor veel gezelligheid.

Racend met een boeren ijscocar door alle gangen van Roomburgh, trakteerde Roomburgh op een ijsje en niet zomaar ijs: “Boerenijs uit Zoeterwoude Weipoort” De ijsjes smaakten voortreffelijk en alleen de prachtige ijscokar was al een feestje om naar te kijken. De dames waren feestelijk gekleed en maakte er een feestje van voor de bewoners en medewerkers.

Deze mooie grote gatenplant is aan Roomburg geschonken door Mw. Bouwman. De mooie pot en zuil zijn nog van haar moeder geweest en zijn meer dan 150 jaar oud.

SNIJDERS TEXTIEL/MODE

Setter Toni Erfo Ten Cate Naturana Robson Pill Egatex Feetje Falke

Damesmode
beenmode
nachtmode
ondermode
linnentextiel
fournituren

Sinds
1938

Hoge Rijndijk 114, 2313 KM LEIDEN, Tel. 071 512 35 78, snijderstextiel@gmail.com
Dinsdag t/m vrijdag 9:30 – 13:00 en 14:00 – 18:00, zaterdag 9:30 – 17:00

DMC Gütermann Opti-lon Elias DDDDD Cinderella Swan Nevada Scheepjes

Electrotechnisch
Installatiebureau

LAGAS

Ida de Leeuwstraat 8
2331 SN Leiden
Tel: 071-572 06 65
Mob: 06-51 24 98 75
info@etblagas.nl
www.etblagas.nl

Raaphorst

Bakkerij Raaphorst is begonnen in 1934.
De vierde generatie Raaphorst bestaat
nog steeds in de Tesselschadestraat
met de bakkerij achter de winkel.

ontbijt

Heerlijke ontbijt of
lunch, vers sap,
krantje en koffie.

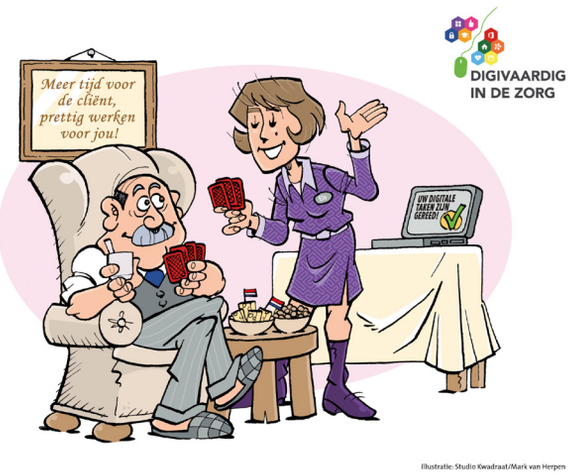
sapje
krant
koffie
lunch
taart

Onze openingstijden :

maandag:	08:00 – 17:30
dinsdag:	08:00 – 16:00
woensdag:	08:00 – 17:30
Donderdag:	08:00 – 17:30
vrijdag:	08:00 - 17:30
zaterdag:	07:00 – 16:00

Raaphorst
Tesselschadestraat 20
2332 BJ Leiden
Tel.: 071 - 57 61 274

Digicoaching



Illustratie: Studio Kwadraat/Mark van Herpen

Omdat wij ook binnen Roomburgh steeds meer digitaal werken, is er eind vorig jaar gestart met digicoaching. Een groepje van zes medewerkers is omgeschoold tot digicoaches en ondersteunen elk kwartaal een aantal medewerkers bij hun digitale vaardigheden. Door het coronavirus was het een paar maanden wat stiller, maar inmiddels is het weer opgestart. Afgelopen maand is er weer een nieuwe groep begonnen aan de digicoaching. Tijdens de digicoaching kan de medewerker zelf aangeven wat zij of hij wil leren. Soms is het uurtje gevuld met allerlei vragen over verschillende onderwerpen, en soms gaat het meer de diepte in op één onderwerp zoals Word of Excel. Dit is altijd vrij en aan de medewerker zelf. De meeste gestelde vragen gingen tot nu toe over printen, plakken en knippen, Sharepoints en Word. De medewerkers die tot nu toe coaching hebben ontvangen, zijn blij met wat zij geleerd hebben en hebben direct profijt van hun nieuw geleerde digitale vaardigheden. We gaan daarom net zo lang door met het project totdat alle medewerkers een vorm van coaching hebben ontvangen en zich beter voelen in hun werk.

Door Evelien de Raad

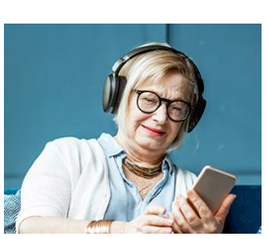
Tips & tricks

In- en uitzoomen

Ken je dat? Je hebt veel tekst op je scherm en je zit ingespannen met een grote frons naar je scherm te kijken of met je neus bijna tegen je scherm aan. Je kan gemakkelijk in-en uitzoomen door de CRTL-toets ingedrukt te houden en tegelijkertijd te scrollen. Heel handig. Je hebt geen leesbril meer nodig ;)

Snel naar je Bureaublad

Wanneer je verschillende applicaties open hebt staan en je hebt een document nodig dat op het bureaublad staat, kan je het 'Bureaublad' laten weergeven met 'Windows toets + D'. Minimaliseer zo in één klap alle geopende vensters en keer terug naar het Bureaublad. Door nog een keer op Windows+D te drukken keer je weer terug naar de oude situatie.



LuisterBieb

Veel mensen vinden het lezen van een boek een fijne activiteit. Maar ze hebben er niet altijd de tijd of puf voor. De app LuisterBieb van de Bibliotheek kan dan uitkomst bieden met maar liefst 2.600 boeken in de app. De app is gratis te downloaden op smartphone en tablet. Als je een lidmaatschap hebt van de bibliotheek is je keuze groter.

Bron: Boeken luisteren met LuisterBieb- Seniorweb

Suzanne Verheijden van Buro StrakZ deelt regelmatig digitale tips in 'Oh kan dat ook zo?!' op de blog van www.burostrakz.nl. Deze tips maken het leven makkelijker en leuker! Werk en privé! Ze zijn random en voor de een meer bruikbaar dan voor de ander. Daag jezelf eens uit en probeer tenminste 3 nieuwe dingen uit! Alleen, of met je team. #levenlangleren.

Activiteitenkalender september

Nog niet alle activiteiten in september kunnen doorgaan i.v.m. het coronavirus. Zodra de activiteiten weer worden opgepakt, wordt dit gecommuniceerd.

Elke donderdag	**14.00 - 16.00**	**Bingo in de lounge**
Elke laatste vrijdag	**14.00 - 16.00**	**Jukebox met Jan Kleijn**
25 september		
Di. 15 september	*Prinsjesdag*	

Films - Roomburgh TV kanaal 987

vrijdag 4 september 14.00 uur

Earth flight deel 3: Europa

Earthflight is een Britse natuurdocumentaireserie van de BBC over vogels. Bereid u voor op een unieke en adembenemende reis over oceanen en continenten. Vlieg mee met bijzondere vogels en bekijk de werelddoor hun ogen! De serie bevat beelden die zijn gemaakt door camera's die op de ruggen van vogels zijn bevestigd.

Er zijn 8 plaatsen beschikbaar in het theater, opgeven bij de receptie. Vol = vol.

vrijdag 18 september 14.00 uur

Let there be light

Nadat dr. Sol Harkens zijn jongste zoon verloren heeft aan kanker, verliest hij zijn geloof en wordt hij een fervent aanhanger van het atheïsme. Door het schrijven van bestseller boeken en houden van speeches waarin hij God belachelijk maakt en het christendom hard aanvalt, is zijn populariteit en succes enorm. Maar ondanks alle roem bevindt zijn leven zich in een neergaande spiraal. Na een auto-ongeluk is hij vier minuten klinisch dood maar kan worden gereanimeerd. Wat zich tijdens deze vier minuten afspeelt, zal zijn kijk op het leven drastisch veranderen.

Er zijn 8 plaatsen beschikbaar in het theater, opgeven bij de receptie. Vol = vol.

Van het reisbureau

Helaas waren onze kersenritten zonder passagiers maar de resultaten waren hetzelfde. De eerste rit hebben we 90 kilo gehaald en de tweede rit maar 88 kilo, haha. We zijn heel blij dat jullie zó van de kersen genoten hebben, ze waren dit jaar weer heerlijk en we hebben zo veel leuke reacties van jullie gehad.

Sommigen van jullie delen dit ook weer met hun kinderen, buren en vrienden. Mooi om dit met jullie mee te maken. Volgend jaar hopen we weer te gaan en dan wel met passagiers.

Een hartelijke groet van Joyce, ook namens Sonja, Jan & Cor

Vriendschappen

Ik loop nu al een tijdje rond in Roomburgh bij de facilitaire dienst en ik vind het fantastisch, leuke bewoners en leuke collega's. Iedere dag is anders en dat maakt het ook zo dynamisch. Achter elke deur een ander gezicht met een ander verhaal. Zo loop ik vaak rond een uur of 2 even langs bij 2 dames op 7 hoog. Iedere middag zitten ze daar geheel relaxt, een heerlijk kopje thee te drinken met een koekje en de dag door te nemen. En iedere keer verrassen ze me weer met een mooi verhaal van de dag of van vroeger. Deze 2 dames zijn verhalenvertellers pure sang. Je hoeft alleen maar te luisteren zij doen het werk. Nu ben ik niet de slankste, dat weet ik, maar één van die dames komt naast me zitten en legt haar hand op mijn buik, ze kijkt me vrolijk aan en zegt zachtjes: "Zeg lieverd hoelang moet je nog, kan niet lang meer duren he." Nou we kwamen niet meer bij van het lachen. Wat een fantastisch mens en humor, liefkozend noem ik haar mijn oma. Ze staat *nog* altijd positief in het leven, ik hou ervan.

Zo zie je dat tussen bewoners waardevolle vriendschapen kunnen ontstaan. En wil ik jullie ook aanmoedigen de gezelligheid op te zoeken en gebruik te maken van de woonkamers naast de lift. Het leven is te mooi om achter gesloten deuren door te brengen.

Erwin du Prie

Taarten bakken

Vandaag waren er twee "bak-dames" op de groep die druk waren met appels schillen, roomboter zacht maken en deeg kneden als voorbereiding voor het maken van een heerlijke appeltaart voor de zondag. De appels werden geschild, rozijntjes toegevoegd, deeg in springvorm gedaan, appeltjes toegevoegd en dit werd met strookjes deeg afgedekt. Na een uurtje in de oven rook het heerlijk en het ziet er prachtig uit. Zowel op afdeling 3 noord als op 3 zuid stond de oven aan en was er een heerlijke geur op de huiskamers. Iedereen genoot van de bezigheid en de heerlijke geur. En de mooie taart staat nu voor zondag op hun te wachten. Met dank aan de twee lieve bak-dames Nancy en Kayo!

Door Willy Bakker

Gedicht

Een vriend is als een paraplu bij regen.
Hij vangt de grootste druppels voor je op.
En zit het in je leven eens wat tegen
dan maak je bij zo'n vriend gewoon een stop.

Een vriend is als een schaduw in de hitte.
Je blaast er stoom af als je ziedend bent.
Hij is de boom waaronder je kunt zitten.
Je voelt je daar begrepen en gekend.

Een vriend is als een spiegel in je leven.
Hij laat je zien wat goed is en verkeerd.
Hij is niet bang om jou kritiek te geven
en zegt je ook wat hij in jou waardeert.

Een vriend toont als een prisma alle kleuren.
Het leven lijkt opeens veel minder grauw.
En wat er verder ook zal gaan gebeuren,
hij geeft het leven kleur, speciaal voor jou.

Greet Brokerhof-van der Waa; uit: Korrel

IN MEMORIAM

Zuster Maria Magdalena Verver | 5 juli 2020

mevrouw J.M. Van Velzen-van der Hoorn | 11 augustus 2020

Nel van Duuren-Brandwijk | *collega* | 13 augustus 2020

In memoriam: Nel van Duuren

Afgelopen maand ontvingen wij het verdrietige bericht dat onze collega, Nel van Duuren, op 13 augustus is overleden. Wij zijn in gedachten bij haar echtgenoot, twee zonen, schoondochters en kleinkinderen en haar ouders. Maar ook zijn wij in gedachten bij haar vele vrienden en collega's van Roomburgh. Nel heeft vanaf 1990 met een kleine onderbreking altijd met enorm veel inzet, enthousiasme en liefde zich ingezet voor de bewoners en voor de collega's binnen Roomburgh. Zij had groot organisatietalent en bedacht vaak leuke dingen om te doen. Zij was de drijvende kracht achter de personeelsvereniging en organiseerde vroeger allerlei uitjes voor en met collega's. Zij was al langere tijd ziek en heeft als een tijger gevochten om weer beter te worden. Als het even kon kwam zij weer naar Roomburgh. In de tijd dat wij geen bezoek mochten ontvangen hier in Roomburgh, organiseerde Nel van huis uit een concert op het parkeerterrein door haar goede vriendin Roos. Dat typeert Nel.
Wij zullen haar echt missen en zijn tegelijk dankbaar voor wat zij voor velen heeft betekend. Zij zal als voorbeeld voor velen, nog heel lang voortleven binnen Roomburgh.

Bert Buirma

Over vriendschap

Ruim 5 jaar geleden werd ik voorgesteld aan Sonja Kleijn, ook vrijwilligster bij de Bingo. Ik werd een soort van in haar armen geduwd met de mededeling: Joyce is nieuw, Sonja wil je haar inwerken? Nou dit inwerken is gelukt maar wat veel mooier is, we zijn vriendinnen geworden voor het leven. Voor het eerst van mijn leven heb ik een echte vriendin in voor- en tegenspoed en ik hoop dat dit nog heel lang zal blijven. Inmiddels heb ik meerdere vrijwilligersfuncties en zijn jullie allen mij zeer dierbaar, maar er is maar één Sonja.

Een hartelijke groet van Joyce Terpstra

Een vriend is iemand die je verleden begrijpt,
gelooft in je toekomst en je accepteert zoals je bent

Vrienden maken slechte tijden goed en goede tijden onvergetelijk

Het mooiste dat echte vrienden kunnen ontdekken
is dat ze apart kunnen groeien, zonder uit elkaar te groeien

Heb geen spijt dat je iemand ooit hebt leren kennen:
De goede mensen in je leven geven je geluk
De minder goede mensen geven je ervaring
De slechte mensen geven je een les
en de beste mensen geven je mooie herinneringen

Spelletjes van vroeger

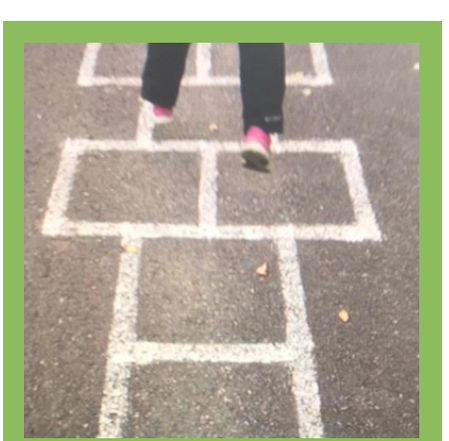
Er zijn veel spelen van vroeger die totaal verdwenen zijn. Hoe komt dat? De omstandigheden, waarin kinderen tachtig jaar geleden opgroeiden, waren totaal anders dan nu. Er waren nog geen mobieltjes, televisie of internet. Het is nu heel gewoon als een kind van vier jaar een spelletje doet op een tablet. Vroeger werd veel meer in de buitenlucht gespeeld, er was te weinig geld om op vakantie te gaan. Voor de oorlog vond ik het bijvoorbeeld heerlijk om te tollen. Je had een stokje met een touwtje eraan, dat wond je om de tol heen, je gaf een zwiep en de tol draaide. Merkwaardig is, dat ik na de oorlog nooit meer een kind heb zien tollen, terwijl het toch een heerlijk spel was. Wat fijn was het, als twee moeders een lang touw rond-draaiden: ”In spin, de bocht gaat in, uit spuit, de bocht gaat uit.”

Je kon ook hinkelen. Je maakte met krijt een hinkelbaan met ruiten en cijfers erin. Je hinkelde driemaal met je linkerbeen, driemaal met de rechter en een maal met gespreide benen. Als je de lijn raakte was je af. Knikkeren deed je ook eindeloos. Je had een knikkerzak met kleiknikkertjes, die waren één punt waard. Maar je had ook grote heisters of bolkers. Die waren doorzichtig en hadden een gekleurd krinkeltje binnenin. Daar had je er niet veel van, die waren wel vijf of tien punten waard.
Elastieken of bokje springen was ook leuk. De bofferds hadden stelten of rolschaatsen.

Op zolder of in de tuin hadden veel kinderen een schommel, ringen en rekstok. Als je jarig was mocht je vriendjes en vriendinnetjes vragen voor het verjaarsfeest. Een grote broer organiseerde de spelletjes: koekhappen, blindemannetje, ezeltje prik, zaklopen en blikjes gooien stonden meestal op het programma. En veel limonade, siroop met water. Wat ik het allerfijnste vond was vliegeren. Eerst moest je een vlieger maken, dat was best moeilijk. Twee latjes gekruist waar je papier omheen moest plakken. Plastic plakband hadden we toen nog niet, je moest met stijfsel uit een glazen potje gluton de boel vastmaken. De staart van de vlieger luisterde heel nauw, dat was een touw met katoenen proppen. Hij mocht niet te zwaar of te licht zijn, want dan ging de vlieger de lucht niet in.
Hoe spannend was het, een klos touw in je handen en een strakgespannen touw met hoog in de lucht jouw vlieger. Als je een briefje op een bepaalde manier vouwde kon het langs het touw omhoog vliegen, we noemden dat boodschappen voor Onze Lieve Heer.

Herhaaldelijk heb ik om een klein broertje gevraagd, maar dat verzoek is nooit ingewilligd. Achteraf heb ik daar wel begrip voor, want ik had al vijf grote broers. Ik ben mijn hele leven blijven vliegeren. Eerst met mijn kinderen, later met kleinkinderen. Soms stond ik er na een uur alleen, dan waren de kinderen al naar huis. Sommige voorbijgangers keken wel wat bevreemd naar die vrouw met grijs haar die daar stond te vliegeren, maar daar heb ik me nooit wat van aangetrokken.

Door Anke Cornelissens



Geboortenieuws

13 mei 2020 | **Hans** | zoon van Amanda Flikweert

Hans is veel te vroeg geboren, maar is dapper en sterk en is inmiddels weer thuis.
Wij wensen Amanda en haar gezin veel geluk en tevens veel sterkte met het verlies van de twee 'drieling'broertjes van Hans.

6 juni 2020 | **Givano** | zoon van Lindsay Rijsbergen-Wolters

16 juni 2020 | **Ryan** | zoon van Silvana van Gameren

21 juli 2020 | **Zoë** | dochter van Larissa Devilee

"Ieder mens is bijzonder.
Ieder afscheid dus ook."

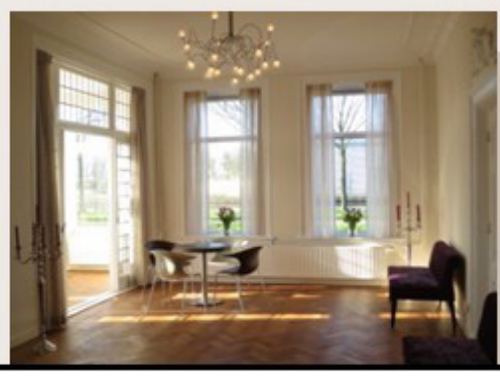
Gelegen in landelijk Leiderdorp en uitkijkend op de Oude Rijn vindt u uitvaartcentrum Casa Cara. Dit uitvaartcentrum is uniek in de regio. Vanuit ons lokale, kleinschalige uitvaartcentrum verzorgen wij op een persoonlijke wijze de uitvaart van uw dierbare.

Uitvaartcentrum Casa Cara

Achthovenerweg 15a
2351 AX Leiderdorp
T: 06 - 4304 1134

24 uur per dag bereikbaar

Wij werken samen met alle verzekeraars.



SLAGERIJ HENCO

WAAR DE BIEFSTUK ZO HÉÉRLIJK MALS IS

IJsselkade 44, 2314 VM Leiden
Telefoonnummer: 071-5418787
E-mail: info@echteslager.nl

ZIRKZEE WONEN & SLAPEN
SINDS 1935

Home is Where The Heart is

Zirkzee Wonen & Slapen is een woning totaal-inrichter: van bedden, meubelen, tapijt, gordijnen en zonwering tot het schilder- en behangwerk. We werken met gerenommeerde merken en hebben een aantal huismerken passend binnen elk budget.

www.zirkzeewonen.nl

Onverwachte vriendschap

Ruim een jaar geleden, na een bezoekje op zondag in de aanleunflat, zag ik samen met mijn man bij het naar buiten lopen een grote meneer op leeftijd. Hij leek de weg kwijt te zijn en ik herkende hem niet als een van onze bewoners. Samen hebben wij meneer toen aangesproken en gevraagd of hij verdwaald was. Hij vertelde ons dat hij zijn fiets had neergezet en hem nu niet meer kon vinden. Samen hebben we een tijdje gezocht maar in geen velde of wegen was meneer zijn fiets te vinden.

Meneer vertelde dat hij uit Zoetermeer was komen fietsen en op bezoek wilde gaan bij een vriendin, wat ons zeer onwaarschijnlijk leek. Omdat hij geen fiets meer had en ons ook niet duidelijk kon vertellen waar hij vandaan kwam of waar hij naar toe ging hebben we hem meegenomen naar het restaurant van Roomburgh om daar eerst even een kopje koffie te drinken. Tijdens de koffie hebben we samen met hem in zijn portemonnee gekeken of daar misschien een aanknopingspunt in zat, maar helaas, niets, geen naam, geen telefoonnummers. Na lang doorvragen terwijl het gesprek telkens een andere wending nam en er de ene na de andere gebeurtenis uit zijn leven voorbij kwam, kwamen we tot de ontdekking dat hij vermoedelijk in een verzorgingshuis in inderdaad Zoetermeer woonde. Inmiddels twee uur later hebben we contact gezocht met het bewuste huis en het bleek dat hij daar inderdaad woonde en via hun hebben we uiteindelijk contact kunnen maken met zijn kinderen. Die zijn hem zo snel mogelijk komen ophalen met de auto.

> “Die bewuste middag in Roomburgh is een bijzondere vriendschap ontstaan.”

Later die week komt er een bewoner uit de aanleunwoningen naar de receptie, boos kwam zij vertellen dat er een fiets in het halletje stond bij de nooduitgang, en die mag daar natuurlijk niet staan. En je raad het al, dat was de fiets van de grote meneer. Dus wederom gebeld met de kinderen, die beloofde de fiets aan het eind van de middag op te komen halen. Die middag kwam meneer zijn dochter om de fiets op te halen met een enorme bos bloemen voor ons, en zij vertelde dat meneer de middag van zijn leven had gehad, hij had het ervaren als een erg gezellige middag waar hij erg van had genoten. Ik vertelde dat wij ook genoten hadden van zijn verhalen en dat we hem graag nog eens wilden bezoeken in Zoetermeer.

Die bewuste middag in Roomburgh is een bijzondere vriendschap ontstaan. Wij, mijn man en ik hebben meneer nog een tijd lang bezocht en elke keer was er weer die gezelligheid en de dankbaarheid dat wij elkaar op zo’n bijzondere manier hebben leren kennen. Helaas is meneer overleden, maar de onverwacht ontstane vriendschap zullen we nooit meer vergeten.

Door Diana Lek

Tussen mensen

Tussen mensen blijft
Al zijn ze nog zo nauw met elkaar verbonden
Altijd een afgrond bestaan
Die alleen door de liefde
En dan ook nog met een smalle noodbrug
Kan worden overbrugd.

Hermann Hesse (1877-1962)

Moppen

Een man komt een café binnen, bestelt drie pintjes, drinkt ze in alle rust uit en stapt opgewekt weer weg. De cafébaas heeft wel meer vreemde vogels onder zijn klanten maar staart hem niettemin toch verbaasd na. De volgende dagen hetzelfde scenario.
De cafébaas kan op een dag zijn nieuwsgierigheid niet langer bedwingen en spreekt de man aan op zijn zonderling gedrag.
”Ach”, zegt de man, “er gaat toch niets boven vriendschap. Vroeger trokken wij elk weekend op: Jef, Louis en ikzelf. Het was een fantastische tijd en we amuseerden ons rot. Helaas, Jef trok naar Australië en Louis woont al jaren in Canada. Maar als hommage aan die vriendschap bestel ik nog altijd drie pintjes. Op die manier zijn ze er toch nog een beetje bij.” De cafébaas is danig ontroerd door dit verhaal en tapt de volgende dagen met veel ontzag de man zijn drie pintjes.
Weken gaan voorbij tot op een dag de man bedrukt het café binnenstrompelt, zich aan de toog zet en zegt “Patron, twee pintjes, ‘t is verschrikkelijk.” De cafébaas schrikt, durft in eerste instantie niets te zeggen en tapt de man zijn twee pintjes. Na enkele minuten kan hij zich niet meer bedwingen, klampt de man aan en zegt “Maar twee pintjes! Er is toch niks ergs gebeurd met Jef in Australië?” “Neen neen”, zegt de man. “Of met Louis in Canada?”, probeert de cafébaas. “Neen neen”, herhaalt de man. “Het is verschrikkelijk, maar ik mag niet meer drinken van mijn dokter.”

Het was een hete zomerdag geweest en net toen mama haar kleine spruit in bed wou stoppen, brak een hevig onweer uit. De kleine jongen was doodsbang en met een trillende stem vroeg hij: “Mama, wil je bij mij slapen vannacht?” Moeder gaf haar zoontje een flinke knuffel en zei: “Ik kan niet, ik moet bij papa slapen.”
Het jongetje was even stil en zei toen:
“Wat een grote bangerik is hij toch, hé.”

Sherlock Holmes en zijn assistent dr. Watson zitten op een camping. Zegt Sherlock ineens: “Kijk eens naar boven en zeg me wat ziet. Redeneer, formuleer en concludeer!”. Dus dr. Watson kijkt omhoog en zegt: “Het is een donkere nacht met miljarden sterren op miljoenen kilometers afstand. Er zijn miljoenen planeten. Dus ik concludeer hieruit dat er ergens nog een planeet is zoals die van ons, met mensen!” “Nee”, zegt Sherlock: “De tent is gestolen!”

Met de komst van facebook enkele jaren geleden, kregen velen in korte tijd veel vrienden en komen er steeds meer bij. Je hoeft er bijna niets voor te doen, de koppeling wordt min of meer automatisch voor je geregeld.
“Vriendschap is een illusie”, zong Henk Westbroek, zanger van Het Goede Doel in de jaren 80. Wat facebook betreft lijkt dat soms inderdaad zo te zijn. Sommige mensen noemen contacten al snel een vriendschap, anderen, zoals ik, doen dat pas na een langere tijd. Een bewoner, die in een korte tijd al zijn vrienden verloor, zei eens dat hij geen nieuwe contacten meer aanging uit angst opnieuw verlies te lijden. Dat is begrijpelijk én eenzaam tegelijk.

Heeft God ook vrienden? Gelukkig wel! In de Bijbel vinden we voorbeelden daarvan. Over Mozes wordt bijvoorbeeld gezegd dat God met hem sprak “zoals een vriend met een vriend”.
Is vriendschap met God niet wat te hoog gegrepen? Toch niet, want Jezus zegt zelf: ”Jullie zijn mijn vrienden, als je doet wat Ik jullie zeg.” Toen ik die woorden voor het eerst bewust las - voordat ik katholiek werd - vond ik dat maar een rare tekst. Wat is dat voor vriendschap als iemand eerst voorwaarden stelt? Maar Jezus bedoelt hiermee niet “de baas te spelen”. Hij wil duidelijk maken dat vriendschap met Hem niet vrijblijvend is, omdat het van Zijn kant ook niet vrijblijvend is. Dat is eigenlijk iets heel moois.
Hij gaat er helemaal voor en vraagt dat ook van ons.

Maar hoe kunnen we dan een vriendschap met Hem aangaan als we Hem niet zien en niet met Hem kunnen spreken zoals wij dat met elkaar doen?, dat vragen mensen mij soms: Is bidden een soort gesprek of is het meer een monoloog? God zegt toch nooit iets terug?
“Gebed is geen alleenspraak… Het is niet juist om gebed te beschrijven naar analogie van een gesprek tussen mensen. We spreken niet met God; we maken ons voor Hem aanspreekbaar”, zegt A.J. Hesschel, een Joodse schrijver over het gebed. Dat is mooi gezegd. En dat is eigenlijk veel mooier dan wanneer bidden zou zijn als een gesprek van mens tot mens. Want hoe vaak is dat niet oppervlakkig of voelen we ons niet gehoord, niet begrepen, is het advies van de ander niet helpend….

God geeft geen pasklare antwoorden en ongevraagde adviezen. Hij nodigt uit ons leven met Hem te delen. “Gebed is een antwoord aan God: ‘Hier ben ik. En hier is het verslag van mijn dagen. Onderzoek mijn hart, mijn hoop en mijn spijt.”, zegt Hesschel: “Het doel is niet Hem te kennen, maar door Hem gekend te worden.”
Ik denk dat God niet zo nadrukkelijk sturend aanwezig is.
God heeft ons Zijn naam gegeven en die is: ‘Ik ben (er).’Die naam is een belofte.
God wil graag in relatie staan met ons, een vriendschapsrelatie.
Echte vriendschap laat vrij en wil niet voor de ander bepalen, maar wil wel in dat leven betrokken zijn.

Vriendschap vraagt vertrouwen. Vriendschap is iets kwetsbaars en vraagt een bepaalde mate van overgave én het aanvaarden van iemands ‘anders’ zijn. Dat geldt ook voor vriendschap met God, het aanvaarden van Zijn ‘anders zijn’.

De hunkering naar gezelschap - die velen de afgelopen maanden extra gevoeld hebben - is een aanwijzing van de eenzaamheid waaraan wij allemaal lijden.
Het is juist dit gevoel van eenzaamheid, dat ons ertoe kan brengen Gods gezelschap te zoeken.
“God is niet alleen, wanneer wij geen contact met Hem zoeken.
Maar wij zijn alleen!”

Harriët van Dijk

SPAR

Spar Zeldenrust
IJsselkade 45-46
2314 VM Leiden
071 589 08 98
zeldenrust@despar.info
www.sparzeldenrust.nl

RADIUS welzijn

Met Radius doe je mee

Radius draagt in Leiden en Oegstgeest zorg voor het versterken van de zelfstandigheid van ouderen en mensen met een handicap.

Radius levert ook een bijdrage aan het verlichten van de taak van verzorgende partners, familieleden en vrienden van ouderen en mensen met een handicap.

Wilt u meer informatie over onze diensten en activiteiten?

Tel. nr.: 071 707 42 00
E-mail: info@radiuswelzijn.nl
Website: www.radiuswelzijn.nl

— WITTE PRIJZEN —
SLAGER
SINDS 1954
www.witteprijzenslager.nl

Mooi weer???
Barbecue pakket (8-10 pers.)

Gegrilde kipvleugels of drumsticks	héél kilo	5.98
Grillburger of barbecueworst	héél kilo	6.98
Gemarineerde speklapjes of karbonade	héél kilo	7.98
Gegrilde spare-ribs of gemarineerde filetlapjes	héél kilo	9.98
4 kilo samen		29.95

Contact & informatie

Pastorale dienst
Mgr. H.J.M. Hofstede T | 071-582 01 19

Cliëntenraad
De heer F. Lardee (voorzitter) E | franslardee18@gmail.com
Mevrouw E. Logger (secretaris) E | elfriedlogger@hotmail.com

Vertrouwenspersonen
Harriët van Dijk & T | 071-5892200
Annemiek Florisson E | vertrouwenspersoon@roomburgh.nl

Contactpersonen thuiszorg
Wijkverpleegkundigen Eline, Judith & Marleen
E | wijkverpleegkundige@roomburgh.nl

Contactpersoon dagbesteding, maaltijden & individuele begeleiding
Wijkcoördinator Leo Cremers
E | wijkcoordinator@roomburgh.nl

Contactpersonen wonen in Roomburgh
Zorgadviseurs Judith, Leo & Laura
E | zorgadviseur@roomburgh.nl

Contactpersoon huishoudelijke ondersteuning
Coördinator Wmo Natascha Qamboui
E | plannerwmo@roomburgh.nl

Contactpersonen dementie
GVP'ers (Gespecialiseerd Verzorgende Psychogeriatrie)
E | gvp@roomburgh.nl

Contactpersoon vrijwilligers
Coördinator Vrijwilligers Willeke Wieman
E | wwieman@roomburgh.nl

Spreekuren
Administratie > elke dag van 14.30 - 15.30 uur of op afspraak.
E | administratie@roomburgh.nl

Openingstijden

Restaurant
maandag t/m zaterdag: 10.30 - 17.00 uur
zondag: 07.30 - 17.00 uur

Kapsalon
dinsdag, donderdag en vrijdag 09.00 - 16.00 uur

Bibliotheek *(in de lounge bij de leestafel, lidmaatschap bedraagt 5 euro per jaar)*
woensdag 13.30 - 14.30 uur

Giften
De kosten van Roomburgh worden vergoed vanuit de overheid of door de verzekeraars. Soms willen wij echter iets extra's doen voor onze bewoners of voor onze medewerkers. Mocht u als blijk van waardering een bedrag willen schenken, dan kunt u uw gift overmaken aan onze vrienden stichting: IBAN-nummer NL77 TRIO 0788 8146 80 ten name van de stichting Vrienden van Zorgcentrum Roomburgh.

Colofon

Roomburgh magazine is het maandelijkse magazine van R.K. Zorgcentrum Roomburgh, bedoeld voor cliënten, bewoners, mantelzorgers, medewerkers, vrijwilligers en voor iedereen die geïnteresseerd is in nieuws over Roomburgh.

HOOFDREDACTIE
Harriët van Dijk & Laura Lenselink

REDACTIE
Willy Bakker, Femke Bolding, Diana Lek, Erwin du Prie.

VORMGEVING
Laura Lenselink

R.K. Zorgcentrum ROOMBURGH

Hof van Roomburgh 46
2314 ZC Leiden

T | 071 589 22 00
W | www.roomburgh.nl
E | info@roomburgh.nl

WOORDZOEKER

Heeft u het al gehoord?

AANHOREN
BEGRIJPEN
BEMERKEN
DOOF
FLUISTEREN
GEHOOR
GEHOORBEENTJE
GEHOORBESCHERMING
GEHOORZENUW
GELUIDEN
HARDHOREND
HOORN
HOREN
LUISTEREN
MIDDENOOR
MUZIEK
OOR
OORSCHELP
OPVANGEN
SIGNALEN
SLECHTHOREND
STILTE
TOETER
TRILLINGEN
TROMMELVLIES
VERNEMEN
VERSTAAN
WAARNEMEN
ZINGEN
ZINTUIG

I F U A K U I K K R P Z N J A G F W G L Y A O F O O D I B W
T G C N Y R D P A Y Q N K K O X K Q W A D T Q L X R Z U P F
M U Z I E K X R B T F C P R X O M W D C K U X Y X H X X S R
F P S F I K J I R C A M U U R V D E S K L V A F O L X I A X
O S J S M P E I C I R H Q B N M Z H H P Y N S L N U R T G P
P E B N W O L W L F X E U E E O B V N I N N Q U M B X V Z J
Z I O J C L J D H K I W Y G O J W E C H X N K I C V F G Y X
I L N V I L C L A Q Q Z T R K Z M A M C R E T S B V H Q U W
I V N N Y S W U R G N E X I J O W R A E P E H T Z S U R E Y
R L G S V K G I D R I E A J S U U G J R R E S E P E K B U U
A E O I H F Z S H V N U V P F W E I X A N K S R N U U L G B
N M X G Y T S T O R A C T E U H X L B O A E E E K I Q L E L
H M A N M T B E R V T K B N O E M S O U N N M N Z K O U H P
P O N A A T S R E V I D E O I S G S B W X I H E H R F D O E
O R F L W T L E N U M Z R Z M Z W D F N K G J O N V J D O W
V T Q E A B U N D X R B Z R L L B S R K R E R W R O P M R I
C L M N T L M M R O E O S Y O Y M A E D K E I D E E P U B F
A F K I R Q D T O E V S T J K L O T H N N R U D A E N T E F
H F D B M G L H N X V P V S S Q P O S Y E O D Q T P O B S R
N B H K W Y E T J Z S L E C H T H O R E N D A L J E W I C O
L L O C L G J N G S C J O R N P O H G S X Z I O E P P G H O
Q B O T W E A Z F U T O O E W S B L T K C T C U R P K N E H
W O A C W J Q Q Y W G F G D O E V O C K S H Q F L U A U R E
T P P T C E F E H P H N G W A Q E T E Z O F E W H E B S M G
Y W X K E J M O L Q A M G M X T R F O T T B Z L S M G Y I Z
D Z R S V S O P M V S K X Q E E N L Y L J O E D P I D E N U
Z R O I R R Q U P J K L W R S P E C Z Q C K O C H B M B G S
D O E Y N I W O O J I H V G X R M W I B P F U M S I Y H A K
H I G F R Y L M X J C N Z I N G E N R J N R P Y M U D M I M
D T L V E J Z H S B L W K A H M N K S F O M I D D E N O O R