

R.K. Zorgcentrum
ROOMBURGH



ROOMBURGH

magazine

Inspanning

Inspanning

Bedevaart Heiloo

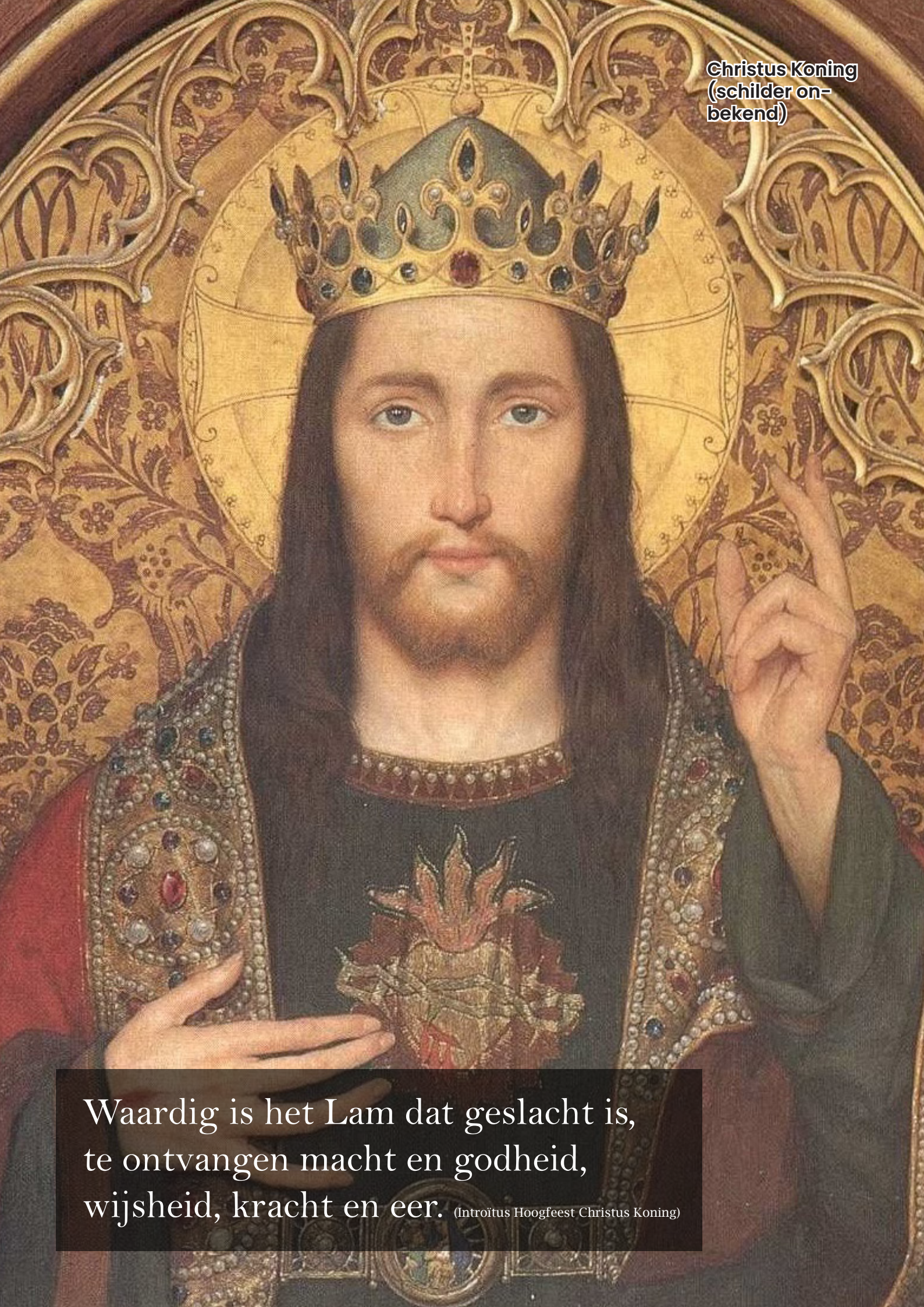
Een oproep

Roomburgh vitaal

Loket voor Levensvragen

En meer...

NOVEMBER 2023



Christus Koning
(schilder on-
bekend)

Waardig is het Lam dat geslacht is,
te ontvangen macht en godheid,
wijsheid, kracht en eer. (Introitus Hoogfeest Christus Koning)

Voorwoord

"Het geven van complimenten vereist op zichzelf weinig inspanning, maar toont enorme waardering..."



Bert Buirma, directeur Roomburgh

Het thema voor dit Magazine is inspanning. Inspanning is het gebruiken van energie om iets gedaan te krijgen. In die zin leveren wij allemaal iedere dag een bepaalde inspanning. Waarom is inspanning dan een thema voor het maandblad?

Bij het ouder worden kosten bepaalde dingen meer inspanning dan vroeger, dat is een realiteit in ons leven. Als ik nadenk over inspanning als begrip gaat het wellicht meer over wat ik wil bereiken met de inspanning, het resultaat ervan en de waardering voor het geleverde resultaat.

Ik houd er bijvoorbeeld van om te wandelen. Ik houd van de prachtige natuur om mij heen, maar ook van de inspanning die het vraagt. Na inspanning komt ontspanning en die voelt aangenaam na een bepaalde inspanning. Het gaat er dus niet om hoe lang de wandeling duurt, of die nu 10 of 20 kilometer lang is, het gaat om iets anders. Het gaat erom hoe iets gewaardeerd wordt.

Het gaat dus vooral om het kunnen waarderen van de resultaten van de inspanning. Het kan inspannend zijn om te koken voor een groep vrienden, maar het resultaat van een gezellige avond, waar iedereen heeft genoten maakt de inspanning lichter. Het kan inspannend zijn om een kamer schoon te maken, maar de blijheid van een schone kamer, maakt de inspanning lichter. Zo zijn er natuurlijk onnoemlijk veel voorbeelden te bedenken.

Het waarderen van de resultaten kan natuurlijk uit onszelf komen. Je kunt tevreden zijn over het resultaat of niet. Sommigen van ons zijn heel kritisch op het eigen resultaat, soms zelfs perfectionistisch. Deze veelal irrationele gedachten kunnen ons lelijk in de weg zitten. Vaak zijn het irrationele gedachten waar je door ervaringen in je leven of door uitspraken van anderen in bent gaan geloven. Je hebt ze bijvoorbeeld meegekregen vanuit je opvoeding. Of je hebt ooit in je jeugd, op school of op het werk, dingen meegemaakt die je deze overtuiging hebben opgeleverd. In deze situatie levert extra inspanning alleen wat op als deze zich kan richten op deze irrationele gedachten. Wellicht een andere keer meer hierover.

Nog veel krachtiger is vaak de waardering van anderen voor het resultaat van de inspanning. Het geven van complimenten vereist op zichzelf weinig inspanning, maar toont enorme waardering voor de inspanning die geleverd is. Daarom sluit ik mijn stukje af met de uitnodiging aan elke lezer om met een kleine inspanning, namelijk het complimenteren van de ander, een inspanning van de ander een grote waardering te geven.

Inhoud

- 3 Voorwoord
- Inhoud
- 4 Inspanning
- Eva is terug!
- 5 Woord van de rector
- 6 Bedevaart Heiloo
- 7 Inspanning en ontspanning
- Oproep!
- 8 Volleybaltoernooi
- 9 Dood en leven
- Roomburgh vitaal
- 11 Dag van de Mantelzorg
- Afscheid
- 12 Fotoverslag
- 14 Gedicht
- In memoriam
- 15 Loket voor Levensvragen
- 16 Rusten in God
- 17 Ergens voor gaan
- Leidse herinneringen
- 19 Bij de receptie
- 20 Moppen
- Spreuken
- 21 Activiteitenkalender
- 23 Contact & informatie
- 24 Woordzoeker

Inspanning

Door de redactie

Het een-na-laatste magazine van 2023 ligt voor u! Het jaar lijkt voorbij te zijn gevlogen, als het aan ons ligt. Maar, het is nog niet helemaal om. We moeten nog een beetje inspanning leveren om de laatste twee maanden zinvol door te komen.

Inspanning, dat is het thema van deze editie van het magazine. In Roomburgh wordt elke dag door alle betrokkenen inspanning geleverd om de zorg en aanverwante zaken op rolletjes te laten lopen.

Ook de Kerk staat stil bij inspanning. Op 1 november wordt het Hoogfeest van Allerheiligen gevierd. Op dit feest gedenken we alle zielen in de hemel, die onophoudelijk

inspanning leveren om voor ons op aarde ten beste te spreken bij God.

Een dag later, op Allerzielen, wordt van ons inspanning gevraagd. Ons wordt gevraagd te bidden voor onze overleden dierbaren, om zo hun weg naar de hemel te begeleiden.

Op 10 november is het de Dag van de Mantelzorg. Mantelzorgers zijn in de zorg onmisbaar. Hun inspanning is er om het welzijn van de aan hen toevertrouwde personen te vergroten.

We wensen u een mooie novembermaand en hopen dat u het magazine weer met plezier leest!

Eva is terug!

Door Eva Paternotte

Afgelopen maanden heeft Jacqueline mij vervangen en de bewoners muzikaal verzorgd. Hierdoor heb ik de tijd gehad om mij thuis te kunnen inspannen om deze kleine man op de wereld te zetten en te houden. Inmiddels ben ik weer terug in Roomburgh en mag ik mij weer inzetten om er de bewoners een warm hart toe te dragen. Ik heb er veel zin in en hoop een fijne tijd tegemoet te gaan.



Woord van de rector

Door rector Van der Mee

Komt er een lente na herfst en winter?

Misschien een rare vraag. Komt de lente weer na de herfst en de winter? Dat weten we toch zeker! Natuurlijk! Misschien mag ik dan een andere vraag stellen: is er leven na de dood? Het is voor veel mensen een vraag. Zoals mensen zich afvragen of er leven op de maan is (of op andere planeten), zo mogen we ons deze belangrijke vraag ook stellen. Wat kunnen we zeggen? De natuur kan ons helpen. Als je de natuur leert kennen, dan kun je ook God leren kennen. De natuur laat ons meer zien dan we beseffen. De natuur draagt een geheim in zich van wat het leven is.

We zitten nu midden in de herfst. Voor velen is dat geen gemakkelijke tijd. De bladeren vallen een voor een van de bomen. Het lijkt erop dat ze aan het sterven zijn. Wat blijft er over? Maar kijk goed. De knoppen voor de nieuwe bladeren, die in de lente zullen opengaan, worden nu gezet. Als dat niet zo zou zijn, dan is het echt einde verhaal. Deze knoppen zijn beschermd, zodat ze de winter door kunnen komen. Er zal weer nieuw leven komen in de lente. Hoe wonderlijk. En we zien daarnaar uit. Het leven is sterker dan de dood. Die boodschap draagt de natuur uit.

Wat laat de natuur nog meer zien? De dagen worden steeds korter; zo wordt het steeds donkerder. Als dat zich echt zou voortzetten, dan blijft er alleen maar duisternis. Wij weten dat het zo niet is. 21 december komt de ommekeer, met de langste nacht en de kortste dag. Gelukkig maar. En ook al moet de winter nog beginnen, de dagen gaan weer lengen. Langzaam maar zeker. Er is licht aan het einde van de tunnel. Het licht overwint de duisternis.

Het is voor ons zeker dat er weer een lente komt na herfst en winter. En we zien ernaar uit, met een verlangen en een hoop, die ons niet teleur zal stellen. En we komen er doorheen, ook al moet na de herfst de winter nog komen.

Kunnen we dus ook een antwoord geven op de vraag: is er leven na de dood? Als de natuur het al zo duidelijk laat zien, dan hoeven we hier niet aan te twijfelen. Iedereen denkt weleens na over een leven na de dood, zeker in het licht van het heengaan van dierbaren. Waar zijn ze? Die vraag mag in dit huis zeker aan bod komen! Als wij mensen ouder worden, takelen we langzaam af, en het wordt minder met ons. Maar als het moment van sterven komt, wil het lichaam soms niet sterven. Het verzet zich. Het wil blijven leven. Wat zegt dat ons? Er moet leven na de dood zijn. Twijfel er niet aan.

Kunnen we nog meer zeggen? Neen, en ja. Als christenen hebben wij immers Christus. Hij geeft veel antwoorden. Zijn geboorte vieren we als de winter begint, in deze doodse en duistere tijd. Zijn geboorte kondigt de ommekeer aan, een nieuw begin. En in de lente, vieren we zijn verrijzenis: Hij, die gestorven is, opgestaan en leeft. Een nieuw leven kan voor ons beginnen, als we dat willen. We mogen openstaan voor dit goede nieuws en we mogen het ons eigen maken; het mag in ons gaan groeien, zoals dat ook in de natuur gaat waar alles wil groeien en bloeien.

Na herfst en winter komen lente en zomer. Dat is ook voor ons weggelegd. Na de dood komt een eeuwig leven. God wil het ons geven. Zo wens ik u een mooie herfsttijd toe, met dit vooruitzicht!



Bedevaart: O.L.V. ter Nood (Heiloo)

Door mevrouw Gerry Pohl

Op 16 oktober jongstleden was er een bedevaart naar Heiloo. Deze bedevaart was niet alleen heel mooi, maar ook heel bijzonder. We hadden namelijk onze rector Joost van der Mee in ons midden.

Samen met Harriët heeft de rector, sinds 1 oktober officieel rector van Zorgcentrum Roomburgh, deze bedevaart georganiseerd.

Het heiligdom Onze-Lieve-Vrouwe ter Nood is speciaal toegewijd aan Maria.

Tienduizenden mensen bezoeken deze bedevaartplaats in Heiloo. Het is dan ook een mooie plek, waar de moeder van Jezus heel groots wordt geëerd. Het gebied is zes hectare groot en naast een genadekapel is er een grote bedevaartskerk. Deze zijn gebouwd midden in een prachtig park, waar je fijn kunt wandelen.



De Runxputte

Dit heiligdom is heel bijzonder door een put waaruit altijd, zelfs in een heel droge zomer, water gehaald kan worden. Deze wordt de Runxputte genoemd, en ook wel de Mariabron. In een winkel, Het Oesdom, in het heiligdom worden naast diverse religieuze artikelen ook speciale flesjes verkocht, die gevuld kunnen worden met water uit de put. Het zou kracht kunnen geven.

De winkel is een plaats in het heiligdom waar de bedevaartgangers rond kunnen snuffelen tussen allerlei religieuze artikelen, maar er zijn ook prachtige boeken en beelden.

In Het Oesdom hebben we bij aankomst eerst gezellig koffie gedronken en daarna was er in de Genadekapel bij de Runxputte een mooie Heilige Mis, gecelebreerd door onze rector. Na een heerlijke lunch in het Oesdom hadden we nog wat vrije tijd voor een wandelingetje. Heel bijzonder bij deze bedevaart was ook het Lof (Eucharistische Aanbidding) door de rector, geassisteerd door zijn eigen acolieten Ruben en Frans.

Nadat we nog onder leiding van de rector de Kruisweg gebeden hebben (de mensen die dat konden liepen mee van statie naar statie), werd deze bijzondere bedevaart afgesloten met een kop koffie of thee.

Bij aankomst in Roomburgh wachtte ons nog een heerlijke maaltijd, met ijs toe!

Naast een bedevaart hadden we een hele mooie dag met een gezellige rector in ons midden. Wij bedanken niet alleen de rector en Harriët voor de organisatie van deze fijne dag, maar ook de vrijwilligers Astrid, Ruben en de chauffeurs Wilbert en Agnieta.

Meer foto's van de bedevaart ziet u op pagina 13!

Inspanning en ontspanning

Door Jacqueline Berghuijs

In de muziektherapie heb ik veel te maken met zowel in- en ontspanning. Sommige mensen vraag je juist om zich in te gaan spannen met muziek, anderen probeer je ontspanning te brengen. Dit hangt ook samen met de verschillende soorten muziekinstrumenten. Spelen op een trompet bijvoorbeeld, vraagt veel (in)spanning. Zowel de spanning van de lippen als van de adem moet goed onder controle worden gehouden.

Ontspanning krijg je bijvoorbeeld van het spelen op een pentatonische lier. Pentatonisch wil zeggen: vijf tonen. Op zo'n kleine lier kan iedereen een liedje spelen. Je speelt niet makkelijk een bekend liedje, maar een improvisatie gaat altijd goed. De tonen zijn namelijk zo op elkaar afgestemd dat het altijd goed klinkt. Sommigen zeggen dat het wat "oosters" klinkt. Omdat je hierbij geen fouten kunt maken, geeft dat vaak ontspanning. Mocht je de kans hebben op een piano te spelen, dan kun je dat pentatonisch spelen heel makkelijk uitproberen. Speel maar eens alleen op de zwarte toetsen.

De afgelopen vijf maanden heb ik me ingespannen om muziektherapeute Eva te

vervangen en de bewoners muziekplezier te brengen. Nu is Eva terug en ga ik me weer wat vaker ontspannen. Mijn eigen praktijk, De Fijnstemmer, blijf ik aanhouden, maar mijn werk voor Roomburgh zit erop. Inmiddels is mijn echtgenoot helemaal klaar met werken voor zijn baas. Ook voor hem is er nu dus meer tijd om te ontspannen en daar gaan we samen van genieten.

Ik wil iedereen bedanken die de afgelopen maanden met mij heeft samengewerkt, zowel de medewerkers als de bewoners van Roomburgh. Omdat ik jullie ontmoet heb en naar jullie verhalen heb kunnen luisteren voel ik me een rijker mens.



Pentatonische lier

OPROEP: Is Roomburgh muzikaal?

Van de redactie

In Roomburgh zijn we met veel mensen, en dus ook met veel verschillende talenten! We willen nu wel eens inventariseren wie er eigenlijk een muziekinstrument bespeelt!

*Dus, speel jij een instrument?
Stuur dan je naam en de naam van je instrument naar:
welzijn@roomburgh.nl*

Volleybaltoernooi

Van de redactie | Foto's door Olaf, Diana en Astrid

Na het daverende succes van het Roomburgh Volleybaltoernooi 2022 kon een 2023-editie niet uitblijven! Deze vond op zaterdag 7 oktober plaats, en ook deze keer was het weer een groots (sportief) feest!

De teams hebben zowel op het gebied van volleybal als ook van outfits weer alles uit de kast getrokken.

Chapeau aan allen, en gefeliciteerd aan de winnaars: De Kneusjes!



Dood en leven

Door Jan Biesjot

*Dan is het doodgaan, die overgave voor ons die nog hier verblijven,
Dat is ook logisch, wanneer je jarenlang met elkaar vriendschap had in relaties,
een geruststelling en troost voor ons allen.*

*Hij of zij is over het aardse leven heen geleefd en wacht op een nieuw geestelijk
leven in een eeuwigheid, waar ook veel anderen leven.*

*Men moet verder leven tot het aardse leven voorbij is, maar de geest leeft nog en is
reeds bij God om eeuwig leven te verkrijgen.*

Na het aardse leven zijn ze dus nu in een eeuwige zaligheid bij God.

Natuurlijk is verdriet en gemis in de eerste weken en maanden pijnlijk en eenzaam.

Toch hoort de dood bij ons, net als geboorte.

Ze heeft deel aan ons 'zijn' hier op deze aarde.

Veel mensen wensen niet te praten over de dood. Dat is wat somber, wat ook verdriet, gemis en eenzaamheid betekent bij velen.

Roomburgh vitaal!

Door Petra de Jager en Carla Gerardus



In het kader van vitaliteit, bewegen en Leiden, hebben wij (twee gastvrouwen van de afdelingen somatiek) de 100-Bruggenloop getrotseerd.

Onderweg kwamen we een groep collega's tegen, dus Roomburgh was goed vertegenwoordigd.



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
071 - 203 21 34 (24/7) | www.virati.nl

Electrotechnisch
Installatiebureau



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



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



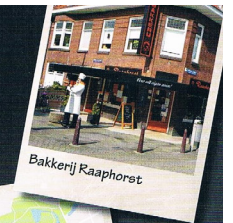
koffie



lunch



taart



Bakkerij Raaphorst



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

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



10 november: Dag van de Mantelzorg

Door Leo Cremers en Sanne van Rein | bereikbaar via mantelzorg@roomburgh.nl

Op 10 november wordt er landelijk aandacht geschonken aan de mantelzorgers en de belangrijke rol die zij spelen in het leven van hun naasten. Soms lijkt het voor de mantelzorgers allemaal vanzelfsprekend, maar door alle inzet van deze mantelzorgers kunnen hun naasten langer thuis blijven wonen. Dat is natuurlijk heel bijzonder en iets wat veel waardering verdient.

Roomburgh zal uiteraard op 10 november aandacht geven aan de bijzondere inzet van onze mantelzorgers maar we willen het natuurlijk niet bij een dag houden. Later dit jaar zullen wij een extra moment inlassen om blijk te geven van onze waardering. Wij willen u hartelijk danken voor uw inzet, en als u de behoefte voelt om uw ervaringen te delen of advies nodig hebt, neemt u dan contact met ons op via bovenstaand mailadres!

Dag van de Mantelzorg
10 november 2023



*Scan de QR-code voor
meer info over de
Dag van de Mantelzorg!*

Afscheid pastor Blokland

Door Harriët van Dijk

Op zaterdag 30 oktober namen we afscheid van pastor Blokland, die ruim twee jaar onze vaste invalpriester was. Ook werd deze avond rector Van der Mee officieel voorgesteld. Om 19.00 uur was de Heilige Mis waarin pastor Blokland de hoofdcelebrant was en rector Van der Mee concelebreerde. Daarna was er koffie, thee en gebak in de lounge.



Als blijk van waardering ontving pastor Blokland een prachtige bos bloemen en een heel mooie icon met vier afbeeldingen van momenten uit het leven van Jezus.

Pastor Blokland is niet helemaal weg, hij is bereid in te vallen waar nodig, dus gelukkig zien wij hem nog terug.



Fotoverslag

Boven: 1 oktober was de eerste keer 'Samen eten'. Sigut verzorgde een Litouws menu.

Midden: Links de halfjaarlijkse modeshow van Hoffmans. Rechts het bloemschikken met Cindy.

Onderaan: "Leidens Ontzet" begon bij Roomburgh al op 30 september met een fantastisch optreden van Gösta, en Trio Parrot op 3 oktober!



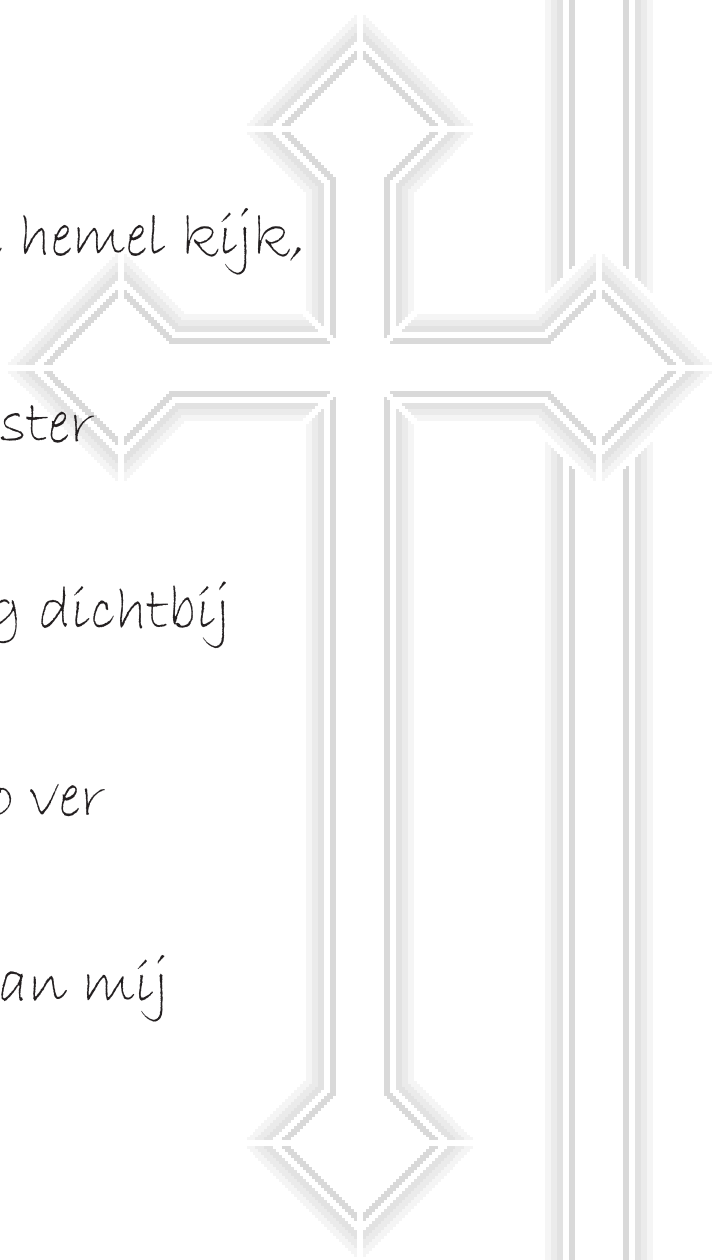


Hele pagina: De bedevaart naar het heiligdom O.L.V. ter Nood te Heiloo was een groot succes!

Naar de hemel kijken

Dichter onbekend

Als ik in het donker naar de hemel kijk,
dan zoek ik die ene ster
dan voel ik je even heel erg dichtbij
en ben je even niet zo ver
niet zo ver verwijderd van mij



IN MEMORIAM

mw. J.C. Walraven | 11 oktober 2023

mw. A.J.M. Paridon - van der Top | 12 oktober 2023

mw. C.C.M Breugom - Rijsdijk | 14 oktober 2023

Loket voor Levensvragen

Door Harriët van Dijk

Op 10 november gaat het Loket voor Levensvragen open!

- **Wat is het loket voor levensvragen?**
Dat is een middag waarin alle vragen gesteld kunnen worden.
- **Voor wie is dit Loket bedoeld?**
Voor iedereen, gelovig of niet gelovig, iedereen is welkom met zijn of haar vragen. Voor diegenen die hun vragen liever anoniem stellen, is er een bus, waar u de vraag in kunt deponeren, ook dan komt deze aan bod.
- **Waar kunnen we aan denken bij levensvragen?**
 - Wat maakt het leven de moeite waard als je oud bent?
 - Gebeuren dingen met een reden?
 - Is er leven na de dood?
 - Ik heb spijt van dingen die ik gedaan heb, wat moet ik daar nu mee?
 - Ik kan niet meer doen wat ik eigenlijk zou willen, hoe kan ik daarmee omgaan?
 - Hoe kan ik gelukkig worden?

Geen enkele vraag is gek, dus vraagt u gerust alles wat er in u opkomt.

- **Wanneer?**
Vrijdag 10 november om 14.00 uur in de Jozefzaal.

Van harte welkom!

Rector Van der Mee & Harriët van Dijk

**Loket
voor
levensvragen**



Rusten in God

Door Harriët van Dijk

Vanmorgen was ik weer in de sportschool te vinden, met een beetje tegenzin, dat wel. Sporten is niet echt ‘mijn ding’, maar ik weet dat het goed voor me is en daarom probeer ik het vol te houden. Na het sporten voel ik me altijd wel lekker fit, en samen met een kop koffie en iets lekkers, is dat de beloning voor mijn inspanning.

Vaak zeggen ouderen dat ze weinig energie hebben, dat bewegen moeite kost. Dat resulteert dan, begrijpelijk, in minder bewegen. Maar dát is nu net de valkuil. ‘Rust roest’ zeggen we wel eens, en zo is het ook. Minder bewegen heeft veel gevolgen. Je wordt nog minder mobiel, er is een verhoogde kans op vallen, de botkwaliteit wordt minder, waardoor er sneller een breuk ontstaat en ook mentaal heeft het gevolgen. Als je blijft bewegen is dat beter voor je geheugen en heb je minder kans op depressie en angsten.

Eigenlijk is het met geloven net zo. Als je daar geen tijd meer voor vrijmaakt, gaat het verslappen. Je gaat televisie kijken in plaats van in de Bijbel lezen. Of je gaat te laat naar bed en valt meteen in slaap, geen energie meer om te bidden. Iemand maakte eens het grapje dat zijn avondgebedje soms is: “Lieve Heer, U weet dat ik U bemin, daarom spring ik er meteen maar in.” Geloven is een werkwoord, het vraagt inspanning. Soms gaan we misschien met enige tegenzin naar de kapel, maar als je dan geweest bent... ja, dan merk je dat je weer tot leven komt!

We kunnen elkaar helpen, daarvoor is de Kerk óók bedoeld. Zoals het kan helpen samen met een sportmaatje naar de sportschool te gaan, zo kunnen we elkaar helpen ons geloof te versterken en vast te houden. Als je weet dat de ander ook naar de kapel

gaat om te bidden, is het gemakkelijker je daar bij aan te sluiten.

Dat wil paus Franciscus onder andere benadrukken met de synode die bezig is, terwijl ik dit schrijf. Hij wil dat iedere gelovige ervan doordrongen raakt dat geloven niet alleen een persoonlijke maar vooral ook een gemeenschappelijke aangelegenheid is. Er zijn verwachtingen én kritische geluiden: wat gaat de synode brengen? “Kerkvernieuwing”, wat zal dat gaan betekenen? Wat is de missie van de Kerk ten diepste? Het is altijd spannend iets te bevragen wat we al zo’n lange tijd op een bepaalde manier beleven. En toch is het goed. Zitten we nog op de juiste weg? Ook in het persoonlijk leven is het goed die vraag te stellen, hoe spannend dat ook is. Want als het antwoord ‘nee’ is, dan zal er iets moeten veranderen en dat willen we vaak liever niet.

Zoeken naar God vraagt inspanning. God zal altijd de verborgen God blijven. Hij blijft altijd groter dan wij kunnen bevatten. We spreken daarom wel van een ‘geloofsweg’. In de sportschool ben je niet na drie keer trainen topfit. Als je dagelijks allerlei gebeden prevelt, wil dat niet zeggen dat je God ‘kent’.

We mogen ons inspannen om tot ontspanning te komen. Want de hemel verdienen, kunnen wij niet. De eerste inspanning kwam van God zelf, en nog steeds steekt Hij zijn hand naar ons uit, los van alles wat wij pogen te doen. Onze inspanning mag – hoe tegenstrijdig dat misschien ook klinkt – rusten zijn, rusten in God.

Ergens voor gaan

Door Cecilia Pak | kunstzinnig therapeut

Deze maand ben ik gestart als beeldend kunstzinnig therapeut bij zorgcentrum Roomburgh. Ik werd warm ontvangen door collega's en bewoners. Met een groepje bewoners ging ik aan de slag met het thema herfst.

Ik heb herfstbladen van buiten meegenomen en samen kijken we naar de mooie kleuren. Groen, geel, rood en wat bruin. Ik haal de penselen en verf tevoorschijn en we schilderen bladeren. Geconcentreerd wordt er gewerkt. De kleine stukjes worden met veel inspanning geschilderd. Voorzichtig, streekje voor streekje. Wat een mooie schilderijen ontstaan er. Uitspraak van een bewoner: als je vaak oefent, leer je het vanzelf.



Leidse herinneringen

Door Jan Kleijn

Een foto van het (nog niet overkluisde) Kort Rapenburg met in het verschiep de Prinsessekade in 1909. Het Kort Rapenburg, het gedeelte tussen Noordeinde en Galgewater, werd in 1911 overkluisd ten behoeve van het toenemende verkeer.



Schoonheidssalon Ilona

Al ruim 25 jaar ben ik een begrip als pedicure/manicure/schoonheidsspecialiste. Roomburgh is daar al jaren een onderdeel van, met een goede prijs-kwaliteitsverhouding.

Ik kom bij u thuis of ontvang u in mijn salon te Leiderdorp voor:

- Pedicure werkzaamheden
- Manicure werkzaamheden
- Gezichtsbehandelingen

Ik ben bereikbaar via:

06-28921731

Salonilona1@gmail.com

Ilona Heuts-van Basten

THUISOPTIEK HAAGLANDEN

UW OPTICIEN AAN HUIS

Afspraak maken?



06-19361007



www.optiekhaaglanden.nl



info@optiekhaaglanden.nl



H V Z D S
N C V K D
C Z S H N
O N V S R
K D N R O
Z K C S V
D Y O H C
O H V E K
H E S S E
H A A G L A N D E N

Oogmeting in uw
vertrouwde omgeving



Vrijblijvend deskundig advies



Groot aanbod glazen en
monturen



Geen voorrijkosten en twee jaar
gratis onderhoud

Bij de receptie

Door Diana Lek

Mevrouw komt samen met haar dochter binnen. Haar andere dochter komt ook zo met wat spulletjes, vertelt ze. Ze komen de sleutel ophalen van haar appartement. Na lang wachten heeft ze eindelijk een woning toegewezen gekregen. Mevrouw woont in de wijk en komt al jaren in Roomburgh. Ze is hier eigenlijk al best bekend.

Ik merk aan haar dat ze een beetje warrig is, terwijl ik haar niet zo ken. Onzeker vraagt ze hoe het zit met de TV in haar appartement, hoe het gaat als ze bij ons in het restaurant zou willen eten, en hoe het moet als ze zorg nodig heeft als ze eenmaal hier woont.

Inmiddels komt haar andere dochter binnen met een sopemmer en wat spulletjes. Ze gaan straks met zijn drieën naar het appartement kijken en de boel alvast even schoonmaken. Ondertussen probeer ik haar wat gerust te stellen, ik vertel haar dat we nog alle tijd hebben om alles te regelen, dat dat allemaal niet vandaag hoeft.

“Ik vind het allemaal toch wel lastig,” vertelt ze. “Zo’n verhuizing is toch heel wat, ik ben al best lang bezig om spulletjes weg te doen, maar nu lijkt het erop dat ik nog steeds niet

alles mee kan nemen wat ik graag mee wil nemen”.

“Oh, dat snap ik wel”, zeg ik tegen mevrouw, “als je ouder wordt zitten er aan veel spulletjes een verhaal en herinneringen, als je dan verhuist naar een kleinere woning en afstand moet doen van een aantal van die spullen die je zo dierbaar zijn, valt dat niet mee.”

Met zijn drietjes vertrekken ze naar de aanleunwoning. Na een uurtje komen ze weer terug, een beetje verbaasd dat ze eigenlijk niets hoeven te doen. Haar huisje is al perfect schoon gemaakt. Enigszins gerustgesteld dat we al veel dingen voor haar gaan regelen, en dat haar dochters voor de rest zorgen, gaat ze weer richting haar oude huis. Ze gaan alvast wat ingepakte spulletjes halen, zodat het in haar nieuwe appartement al een beetje als thuis gaat voelen.

Zo blijkt maar weer dat, ondanks dat mevrouw al zeker twee jaar spreekt over het feit dat ze in Roomburgh wil komen wonen, het toch lastig is het oude achter te laten en het nieuwe te omarmen. Toch weet ik zeker dat het met een beetje aandacht en liefde van ons en haar dochters allemaal goed komt.

Christus Koning

Ingezonden door Harriët van Dijk

Op pagina 2 ziet u een mooie afbeelding van Jezus als 'Christus Koning'.

Het Hoogfeest wordt sinds de liturgische wijzigingen van 1969 gevierd op de laatste zondag van het kerkelijk jaar. Het is de plechtige afsluiting hiervan.

Het werd ingesteld door paus Pius XI in 1925 bij het zestiende eeuwfeest van het Concilie van Nicea, toen nog op de laatste zondag van oktober. Daar werd plechtig uitgesproken dat Jezus de Zoon van God is en "één in wezen met de Vader": 'God uit God, Licht

uit Licht, ware God uit de ware God' in het Credo.

De liturgie van 'Christus, Koning van het heelal' benadrukt de rol van Jezus als heerser van de schepping, in de Bijbel aangeduid als Rijk Gods. Door zijn Dood en Verrijzenis is er een eind gekomen aan de oude orde, waarin de mens onderworpen was aan de macht van de dood. Iedereen die in Christus gelooft, zal worden verheven tot een schepsel dat de eeuwige heerlijkheid mag genieten. Dit vieren we dit jaar op zondag 26 november!

Moppen

‘Noem de jaargetijden eens op, Jules,’ zegt de meester. Jules: ‘Lente, herfst, winter.’ Meester: ‘En waar blijft de zomer?’ Jules: ‘Dat heb ik me dit jaar ook afgevraagd, meester!’

Gijs komt voor de zoveelste keer te laat op zijn werk. Zijn baas zegt: ‘Kun je nu echt niet wat beter je best doen om op tijd te komen?’ Gijs: ‘Ja hoor, ik neem wel een bus eerder.’ De volgende dag is Gijs nóg later op zijn werk. Zijn baas zegt: ‘Je zou toch een bus eerder nemen?’. Gijs: ‘Klopt, maar die ging de andere kant op.’

Waarmee opent een skelet zijn deur?

Met zijn sleutelbeen!

Spreuken

*Van alle inspanning komt gewin,
praten brengt alleen maar gebrek.*

Spreuken 14:23



Activiteitenkalender november

Vaste activiteiten in de lounge

maandag	10:30 uur	Wandelclub	
	14.00 – 16.30 uur	Kaartclub in de lounge	
dinsdag	10.30 uur	Gezellig samenzijn voor bewoners van de aanleunwoningen	
	14.30 uur	Klassieke-muziekmiddag <i>(iedere 2e dinsdag van de maand)</i>	
woensdag	10.15 uur	Wandelclub flat	
	10.45 – 11.45 uur	3D-kaarten maken	inloop
	13.30 – 14.30 uur	Bibliotheek geopend	lounge
	13.30 – 16.30 uur	Breiclub	lounge
donderdag	10.30 – 11.30 uur	Creatieve ochtend	inloop
	10.30 – 11.15 uur	Gymnastiek (Nathalie)	inloop
	14.00 – 16.00 uur	Bingo	inloop
vrijdag	10.00 – 12.00 uur	Schilderen	aanmelden bij Dick
laatste vrijdag	14.00 – 16.00 uur	Jan Kleijn's Jukebox	inloop
zaterdag	10.30 – 11.00 uur	Gymnastiek groep 1	inloop
	11.30 – 12.00 uur	Gymnastiek groep 2	inloop

Activiteiten november

1 november		ALLERHEILIGEN	
	11.00 uur	Gezongen H. Mis (kapel)	
2 november		ALLERZIELEN	
	11.00 uur	H. Mis (kapel)	
	19.00 uur	Vespers ter gedachtenis van de overledenen van het afgelopen jaar (kapel, alleen voor genodigden)	
6 november		DAG VAN DE BHV	
10 november		DAG VAN DE MANTELZORG	
	14.00 uur	Loket voor Levensvragen (Jozefzaal)	
11 november		SINT MAARTEN	
14 november	14.30 uur	Klassieke-muziekmiddag (lounge)	
18 november		INTOCHT VAN SINTERKLAAS	
21 november	14.00 uur	Filmmiddag: The Christmas Chronicles (Jozefzaal)	
22 november		VERKIEZINGEN TWEDE KAMER	
	10.30 uur	Gespreksgroep: Zin in ouderdom (Jozefzaal)	
24 november	13.30 uur	Leesclub* (Ons Hoekje)	
26 november		HOOGFEEST VAN CHRISTUS KONING	
	14.00 uur	Optreden: Doeshavenkoor (lounge)	

* Er is bij de Leesclub nog ruimte voor nieuwe leden. Aanmelden kan bij Harriët van Dijk. Deze maand lezen we hoofdstuk 2 van Eilandgasten, door Vonne van der Meer.



“Ieder mens is bijzonder. Ieder afscheid dus ook.”

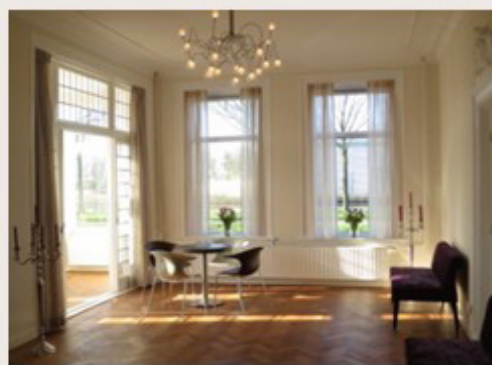
Gelegen in landelijk Leiderdorp en uitkijkend op de Oude Rijn vindt u uitvaartcentrum Casa Cara. Dit uitvaartcentrum is uniek in de regio. Vanuit ons lokale, kleinschalige uitvaartcentrum verzorgen wij op een persoonlijke wijze de uitvaart van uw dierbare.

Uitvaartcentrum Casa Cara

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

24 uur per dag bereikbaar

Wij werken samen met alle verzekeraars.



pluk bloemiste



info@plukbloemiste.nl
www.plukbloemiste.nl

06 22 76 84 52

Cindy Sierat



SPAR

Spar Zeldenrust

IJsselkade 45-46
2314 VM Leiden
071 589 08 98

zeldenrust@despar.info
www.sparzeldenrust.nl



Openingstijden:
ma. t/m zat. van 08.00 - 21.00 uur
zondag van 09.00 - 19.00 uur

Contact & informatie

Pastorale dienst

Rector J. van der Mee T | 06 - 51 57 73 84
E | jvdmee@kerkmail.nl
Harriët van Dijk (pastoraal T | 071 - 589 22 00
medewerkster) E | hvandijk@roomburgh.nl

Cliëntenraad

Dhr F. Lardee (voorzitter) E | franslardee18@gmail.com
Mw. H. Verboom (secretaris) E | hettyverboom@gmail.com

Vertrouwenspersonen

Harriët van Dijk & T | 071 - 589 22 00
Willeke Wieman E | vertrouwenspersoon@roomburgh.nl

Contactpersonen thuiszorg

Wijkverpleegkundigen Tim & Marleen
E | wijkverpleegkundige@roomburgh.nl

Contactpersoon dagbesteding, maaltijden & individuele begeleiding

Wijkcoördinator Leo Cremers
E | wijkcoordinator@roomburgh.nl

Contactpersonen wonen in Roomburgh

Zorgadviseurs Leo & Sanne
E | zorgadviseur@roomburgh.nl

Contactpersoon huishoudelijke ondersteuning

Coördinator Wmo Natascha Qamboui
E | plannerwmo@roomburgh.nl

Contactpersonen dementie

GVP'ers (Gespecialiseerd Verzorgende Psychogeriatric) E | gvp@roomburgh.nl

Contactpersoon vrijwilligers

Coördinator Vrijwilligers Marion Zirkzee
E | mzirkzee@roomburgh.nl

Contactpersonen overledenenzorg

Donna Whitehouse & Wilma van der Horst
T | 06 - 11 78 42 78 (24 uur per dag bereikbaar)
E | overledenenzorg@roomburgh.nl

Openingstijden

Restaurant

Dagelijks: 10.30 - 17.00 uur

Kapsalon

dinsdag, donderdag en vrijdag 09.00 - 16.00 uur

Bibliotheek (in de lounge, lidmaatschap: €5 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 vriendenstichting: 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 & Rik van Steenoven

REDACTIE

Diana Lek

VORMGEVING

Rik van Steenoven



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

Inspanning

AMBACHT
ARBEID
BEZIGHEID
CONVENTIE
EFFORT
ENERGIE
EXPERTISE
GEDOE
GEROER
IJVER

INSPANNING
INZET
KRACHT
KREUN
LAST
MOEITE
NACHTWAAK
POEST
POGING
SOESA

SPEL
SPORTEN
STREVEN
STUDIE
TAAK
TOER
VAK
VERMOEIDHEID
WERK
WERKZAAMHEID

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