



R.K. Zorgcentrum
ROOMBURGH



ROOMBURGH

magazine

Positiviteit

Ik wens...

Vormtekenen

Themadiner

Mopperen?

Carnaval 2024

En meer...

FEBRUARI 2024

The Kingdom Within.
(© Greg Olsen, 2018)

In die tijd dreef de Geest Jezus naar
de woestijn. Veertig dagen bracht Hij
in de woestijn door. (Evangelië van 18 februari: de 1^e vastenzondag)

Greg Olsen

"Positiviteit beïnvloedt onszelf, maar ook onze omgeving..."



Bert Buirma, directeur Roomburgh

Positiviteit is een thema dat wij goed kunnen gebruiken in deze tijden. Iedereen die het nieuws volgt, zal veel negativiteit en zorgen ervaren. Oorlogen, milieucrisis, wooncrisis, enzovoort. Ik wil mijn stukje niet gebruiken om een compleet beeld te geven van alles waarover wij ons zorgen kunnen maken. Deze zorgen raken ons rechtstreeks of indirect doordat wij ons zorgen maken over onze vrienden, partners kinderen, kleinkinderen of achterkleinkinderen.

Bij positiviteit gaat het erom dat wij juist kijken naar wat wij in positieve zin belangrijk vinden, wat voor ons betekenis geeft. Bij alles wat we meemaken, geldt dat wij dit kunnen ervaren als iets negatiefs of als iets positiefs. Dit beïnvloedt onszelf, maar ook onze omgeving. Soms zijn er personen die altijd uitgaan van het meest negatieve, zij vrezen het ergste en weten in elke situatie direct aan te wijzen wat eraan mankeert. Dit is iemand die alle energie uit je kan zuigen en die zelf ook niet gelukkig is.

Voor mensen die zichzelf herkennen in een meer pessimistische kijk op de situaties geldt dat zij, als zij dat willen, zich best een beetje kunnen trainen in het wat positiever aankijken tegen zaken. Ik gun het eenieder, want het leven wordt dan ook positiever en gelukkiger. Ik wil hen echt aanmoedigen om het eens te proberen. Wie niet waagt die wint immers niet!

Wij kunnen elkaar daarin ook helpen. Wanneer in een gesprek negatief gesproken wordt over iets of iemand, kunnen wij proberen in dat gesprek iets positiefs in te brengen. Heel vaak verandert dan het gesprek.

Overigens kan positiviteit ook slecht zijn voor je gevoelsleven. Dat klinkt misschien gek, omdat we er vanuit gaan dat positieve gevoelens altijd goed zijn. Het leven bestaat echter ook uit negatieve gebeurtenissen. Als je negatieve gevoelens ervaart, is het belangrijk om die wel toe te laten. Anders loop je het risico dat je ze wegdrukt en dat ze later alsnog boven komen drijven.

De kunst is dus om flink positief te zijn, zonder de realiteit uit het oog te verliezen. Dat wens ik u toe en ik hoop dat dit magazine u inspireert met positieve gedachten.

3	Voorwoord
	Inhoud
4	Gebedsavonden
	Ik wens...
5	Woord van de rector
6	Vormtekenen
	Happy New Year
7	Even voorstellen
	Themadiner
8	Kindercatechese
9	Muurgedichten
11	Leuke lunch
12	Fotoverslag
14	A Dieu
	In Memoriam
15	Mopperen?
	Aankondiging
16	Column
17	Een pakkie-an
	Leidse herinneringen
19	Een bijzondere ontmoeting
	Carnaval 2024
20	Moppen
	Spreuk
21	Activiteitenkalender
23	Contact & info
	Colofon
24	Woordzoeker

Gebedsavonden

Door Miriam Witt

Misschien heeft u er al van gehoord: afgelopen oktober is in de Sint Josephkapel door de gemeenschap Emmanuel een gebedsgroep gestart, die eens in de twee weken op dinsdagavond plaatsvindt. We beginnen om 20.00 uur en sluiten rond 21.30 uur af met een gezamenlijk drankje in de lounge.

Deze avonden beginnen met een tijd lofprijzing met liederen die gemakkelijk door iedereen meegezongen kunnen worden. Daarna is er meestal een korte inleiding gevolgd door uitwisseling en gebed in kleine groepjes. De avonden zijn een mooie en eenvoudige manier om samen het geloof te beleven of er kennis mee te maken, en ze zijn bedoeld voor jong en oud! Ook buurtbewoners en

medewerkers zijn van harte welkom! De volgende avonden zullen zijn op:

- dinsdag 6 en 23 februari
- dinsdag 5 en 19 maart



Ik wens, ik wens...

Door Team Welzijn

Vanaf de dag van de kerstmarkt tot na Kerstmis heeft er een kerstwensboom bij de receptie gestaan. De bewoners konden hun wensen op een kaartje schrijven en in deze boom hangen.

Er kwamen leuke, gekke en ontroerende wensen voorbij. Er werd onder andere gewenst om een gelukkig nieuw jaar, een zangkoor voor bewoners en een rijke man!

Uit de wensboom zijn wensen gehaald die we op korte termijn uit laten komen. De betreffende bewoners worden hiervan op de hoogte gebracht.



Ook bij de personeelsborrel was er een kleine kerstwensboom neergezet. Hierin kon al het aanwezige personeel zijn wensen hangen. Ook bij deze gelegenheid kwamen heel leuke wensen voorbij. Iemand wenste bijvoorbeeld dat ze weer in haar trouwjurk zou passen. Een ander wenste een koffertje met veel geld.

Ook uit de wensboom van het personeel zijn willekeurig wensen gehaald die we uit laten komen. Deze wensen worden op korte termijn via ONS kenbaar gemaakt, dus houd dat platform goed in de gaten!

Woord van de rector

Door rector Van der Mee

Het kruis is een plus geworden

Als we elkaar tegenkomen en groeten wordt vaak de vraag gesteld: Hoe gaat het. En het antwoord is meestal: Goed hoor. Is dat waar? Soms zeggen we tegen elkaar: Alles goed? Alles is wel veel. Het leven kent immers zijn ongemakken en we klagen soms wat af. Toch kunnen we in het algemeen goed omgaan met moeilijkheden en problemen. Het kan in algemene zin best goed gaan met ons. Wij hebben ook vaak een positieve instelling. Dat is goed.

Toch kan het leven ons op de proef stellen. Er is veel lijden in de wereld en ook in het leven van de mens. En, zoals we zeggen: De oude dag komt met gebreken. Er zijn, zeker voor de oude mens, best enkele intense moeilijkheden, met ziektes, eenzaamheid en als laatste de dood, die er altijd is. Is dat te doen?

Hoe blijven we positief? De mens zegt makkelijk: Het komt goed. De hoop is een sterke eigenschap van de mens, om vol te houden en door te gaan met vooruitzicht. Maar komt het altijd goed? We hoeven niet pessimistisch te zijn maar we moeten wel realistisch zijn. Een mens kan ook een keer aan het einde van zijn mogelijkheden komen; het kan ons ook te veel worden. Wat dan?

In de Kerk begint deze maand, op 14 februari, de Veertigdagentijd, die ook wel lijdenstijd wordt genoemd. Deze tijd eindigt met de dood van Jezus. We zien Jezus vaak aan het kruis. Het is het teken van ons geloof geworden. Hoe kan dat? Het teken van het kruis is toch een teken van lijden en dood, en wij verheerlijken toch niet het lijden en de dood? Zeker niet! Het teken van kruis is veranderd omdat er iemand aanhangt. Het kan goed zijn om naar het kruis te kijken en dan Christus te zien. Hij heeft het lijden ten einde toe doorstaan. Hoe is dat mogelijk? Hij heeft het gedragen met een geest, in overgave aan God, die zijn Vader is. Er is geloof geweest. Hij heeft het niet als zinloos gezien. Zo heeft Hij kunnen volhouden. Het antwoord dat Jezus ons geeft is niet de dood, is niet het lijden, ook al zijn deze sterk aanwezig in de wereld en ook in ons leven. Dat kan heel moeilijk en zwaar zijn. Het antwoord dat Jezus ons geeft is Leven, want deze Jezus is verrezen. Wij vieren geen veertigdagentijd zonder Pasen. Met zijn verrijzenis wil Hij ons zijn Geest geven, zijn leven. Die Geest en dat leven kunnen wij ontvangen in en door de kerk.

Het kruis kan zo een plus worden, met Christus. Niet lijden en dood hebben het laatste woord maar het leven en de liefde van God voor ons. Als we zeggen: Het gaat goed. Het gaat altijd goed als we met Christus zijn. We kunnen dan in waarheid zeggen: Het gaat goed. Het komt goed door Christus. We moeten wel door het leven gaan, zoals we nu door de veertigdagentijd heen gaan. Pasen werpt wel zijn licht over ons. Dat is ons perspectief. Ik wens u een goede tijd.



Vormtekenen voor een positief gevoel

Door Cecilia Pak | kunstzinnig beeldend therapeut

Samen met de bewoners heb ik vormtekeningen gemaakt. Bij het vormtekenen worden op een ritmische en vloeiende manier vormen getekend. Vormtekenen kan helpen om met meer aandacht in je lichaam te komen. Het kan helpen om te ontspannen. Gedachten en zorgen vallen even weg.



Oefening om zelf te proberen:

Neem papier en een potlood of een pen.

Begin met een dun lijntje en teken voorzichtig de vorm op het papier. Ga vervolgens in een vloeiende beweging meerdere keren rustig over de vorm heen. Probeer tijdens het tekenen rustig in en uit te ademen. Wanneer er een lijn wat naast gaat maakt dit niet uit.

Ik hoop dat dit voor u werkt zoals het voor de bewoners heeft gewerkt!

Happy New Year!

Door etage 2

Op vrijdag 5 januari was er op etage 2 een gezellige nieuwjaarsborrel voor collega's, bewoners en familieleden. Er was veel familie van onze bewoners op de uitnodiging ingegaan en het was dus al gauw heel gezellig!

Alle aanwezige collega's hadden iets lekkers gemaakt. Iedereen zat gezellig met elkaar te kletsen onder het genot van een hapje en drankje, en er hing een heel gezellige sfeer. Wat ons betreft een goed begin van 2024!



Even voorstellen

Door Ginny Lagas

Graag stel ik mij via deze weg aan u voor! Ik ben Ginny Lagas, kleindochter van de wellicht voor u bekende Bram Lagas, die hier jarenlang "huismeester" is geweest. Ik ben 23 jaar. Sinds enige tijd ben ik werkzaam bij Roomburgh als schoonheidsspecialiste. U kunt iedere maandag bij mij terecht voor een heerlijke gezichtsbehandeling.

Uiterlijke verzorging en mensen in de watten leggen is mijn passie. Al toen ik een klein meisje was, was ik dol op maskertjes aanbrengen. Daarom ben ik later de opleiding schoonheidsspecialiste gaan volgen. Sinds ik in 2019 gestart ben met deze opleiding, ben ik altijd bezig geweest met masseren en het geven van gezichtsbehandelingen.

Ik kwam er al gauw achter dat ik voor mijzelf wilde beginnen. Halverwege 2023 ben ik hiermee begonnen. De eerste stap was het huren van een eigen ruimte. Deze vond ik aan de Willem de Zwijgerlaan. Daar ben ik nog altijd werkzaam op dinsdag en woensdag.

Iedere maandag tover ik de gezellige kapsalon in Roomburgh om tot een beautysalon en kunt u langskomen om uzelf lekker door mij in de watten te laten leggen.

Een afspraak maken kan bij mij of bij Astrid in de kapsalon.

Ik hoop u graag een keer te verwelkomen.

Voor reserveringen kunt u bellen met 06-20991172.



Themadiner

Door Marjolein du Prie

Om de vier á vijf weken is er een themadiner voor de bewoners van de afdelingen somatiek. Steeds spant de keuken zich in om weer een bijzonder themadiner op tafel te zetten. Het meest recente diner was het winterdiner. Dit bestond uit witlofstamppot en rodekoolstamppot, met als dessert heerlijk kaneelijs met warme stooftjeertjes en een flinke dot slagroom! Houdt u de aankondigingen in de gaten voor de datum van het eerstvolgende diner!



Kindercatechese Radio Maria

Door mw. Gerry Pohl

Woensdag 27 december 2023 was het zo ver! Zorgcentrum Roomburgh kreeg bezoek van de kinderen van het programma Kindercatechese van Radio Maria. Voor wie het nog niet weet: Radio Maria is een radiozender met een katholiek geluid en komt uit Den Bosch. Het is dag en nacht in de ether en heeft vele programmas. Zo is de Kindercatechese op woensdagmiddag er een van. Priester-directeur Pieter Zimmermann leidt een groepje kinderen in in de basiskennis van ons geloof. Het gaat er heel ongedwongen en laagdrempelig aan toe en het is dan ook een geliefd programma voor jong en oud!

Om 12.30 uur kwamen de gasten, zes kinderen en vier volwassenen. De kinderen keken hun ogen uit, want een verzorgingshuis was geheel nieuw voor hen. Rector Van der Mee voegde zich bij hen en even later was het hele gezelschap met de eerwaarde heer Zimmermann compleet. Roomburgh toonde zich zeer gastvrij door hun een heerlijke lunch aan te bieden en men was dan ook zeer dankbaar voor de hartelijke ontvangst.

Na de lunch nam de rector de kinderen en hun begeleiders mee naar de Jozefzaal. Daar deed hij een educatieve quiz met de kinderen. De vragen hadden betrekking op Kerstmis. Na de quiz ging iedereen naar de kapel voor de kindercatechese. In de kapel zaten reeds belangstellenden te wachten op de catechese van eerwaarde Zimmermann. De rector had echter een verrassing in petto en hield zelf de kindercatechese! Hij vertelde op een duidelijke, interactieve manier aan de kinderen over de tocht van de wijzen op zoek naar het Goddelijk Kind. Bijvoorbeeld met de vraag: "Wanneer is het echt Kerstmis?" Het antwoord: "Juist! Met de komst van de Wijzen bij het Kindje! De Wijzen komen uit alle landen. En het Kindje komt voor iedereen!" De kinderen luisterden aandachtig naar de rector, stelden zelf ook vragen en gaven antwoord op wat hij hen vroeg. Bij de uitzending van de kindercatechese op de radio een week later, was de catechese van de rector en de interactie met de kinderen heel duidelijk te volgen. Dat was mooi om te horen!

Daarna heb ik verteld over de periode van het katholieke geloof in Nederland van de afgelopen jaren, die begon in de jaren 60 van de vorige eeuw. Deze periode kennen alle katholieke bewoners van Roomburgh: de periode van ontkerkeling en afkeer van God, die tot op heden nog voortduurt. De kinderen bleven aandachtig en vroegen hoe ik het zelf beleefd had. Pastoor Zimmermann ging voor de kinderen nog even door met dit onderwerp.

Na ruim een uur in de kapel te zijn geweest, werden de opnames voor de kindercatechese afgesloten met gebed en door de kinderen zelf bedachte intenties.

In de lounge was de middag, onder het genot van koffie, thee en limonade, voor de kinderen veel te snel voorbij. De kinderen gingen naar huis met een cadeautasje, waarin onder andere een rozenkrans zat, die door een medebewoonster van de aanleunwoningen was gemaakt. Volgens de volwassenen van Radio Maria was dit bezoek voor de kinderen, maar ook voor hen een bezoek, dat ze niet snel zullen vergeten! Dank aan onze rector voor zijn geweldige inzet! Voor foto's, zie pagina 13.

Muurgedichten: Sonnet XXX

Door Harriët van Dijk | bron: muurgedichten.nl

Wie door Leiden wandelt, komt ze regelmatig tegen: muurgedichten. Leiden telt er meer dan 120, in uiteenlopende talen en schriften.

We zullen er iedere maand eentje plaatsen. Deze maand eentje van William Shakespeare (Stratford-upon-Avon, *1564 – †1616).

Dit sonnet op de hoek van de Houtstraat en het Rapenburg was het tweede muurgedicht dat door Stichting TEGEN-BEELD werd aangebracht.

Sonnet XXX is een van Shakespeares meest beschouwende sonnetten. In een sombere bui reflecteert de ik-persoon op zijn voorbije leven en al het verdriet dat dit hem heeft gebracht. Hij herinnert zich overleden vrienden, liefdesverdriet en ander oud zeer dat hij als nieuw beleeft. Dan, in de laatste twee re-

gels, keren zijn gedachten: denkend aan een vriend verdwijnt het leed en lost de pijn op.

Dit gedicht leert ons allereerst dat vriendschap en liefde zo sterk zijn dat ze vervellende gedachtes en nare ervaringen kunnen verdrijven. Daarnaast gaat het over vergankelijkheid. De ik-persoon betreurt het dat hij niet heeft gedaan wat hij wilde en kostbare tijd heeft verspild.

Nu hij echter beseft dat zijn jonge vriend nog een heel leven voor zich heeft, kan hij daar vrede mee hebben. De gedachte dat de jeugd de toekomst heeft, biedt dus troost.

Hieronder leest u een Nederlandse vertaling van Cornelis W. Schoneveld.

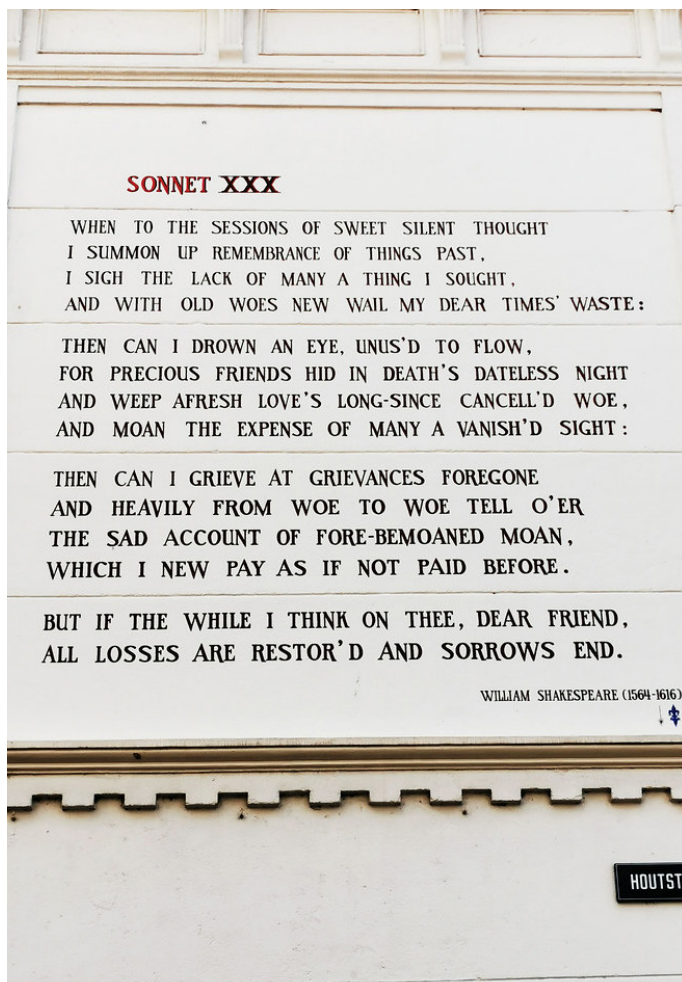
SONNET XXX

ROEP IK TER ZITTING VAN GEMIJMER ZOET
GEDACHTEN OP AAN ZAKEN LANG VERGAAN,
DAN ZUCHT IK DIEP OM WAT IK MISSEN MOET
EN LIJD NIEUW LEED OM OUDE TIJD VERDAAN.

DAN LAAT IK GRAAG EEN TRAAAN (DIE NIET GAUW VLOEIT)
OM VRIENDEN IN HUN DOODSNACHT ZONDER TIJD,
BEWEEN WEER LIEFDE MIJ AL LANG ONTGROEID,
EN TREUR OM SCHULD DOOR VEEL VERGETELHEID.

DAN KLAAG IK GRAAG OM EEN BELEGEN KLACHT,
EN TEL BEDRUKT WEER NEER, VAN LEED TOT LEED,
DE DROEVE SOM VAN WAT OUD ONHEIL BRACHT,
DIE 'K KWIJT ALSOF IK DIE NIET EERDER KWEET.

MAAR DENK IK DAN AAN JOU, MIJN LIEFSTE VRIEND,
ZIJN TRANEN WEG, VERLIEZEN TERUGVERDIEND.



Virati

UITVAARTVERZORGING

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

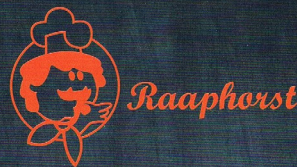


Directe hulp na overlijden, dag en nacht bereikbaar
071 - 203 21 34 (24/7) | www.virati.nl

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



Lunch voor mantelzorgers

Door Inge Leferink

Op 7 december jl. ging onze pilot van start: de eerste bijeenkomst voor de mantelzorgers van 'de Waterkant' was een feit.

Partners, kinderen en zelfs burens waren uitgenodigd om als 'mantelzorger van' te komen lunchen in 'Ons Hoekje' (appartement 52 in de aanleunflat). De mensen werden ontvangen met koffie/thee en iets lekkers, waarna een voorstelrondje volgde.

Na enige uitleg over wat wij bij dagbesteding 'de Waterkant' zoal doen, hebben we de mantelzorgers ook daadwerkelijk kennis laten maken met h e we dat dan doen.

Het spel 'Blik op vroeger' werd gespeeld om iedereen nader kennis te maken met elkaar en de sfeer werd al gauw ontspannen.

Er werd genoten van een heerlijke soep met broodjes, waarna wij een beweegactiviteit aanboden, waar men behoorlijk fanatiek aan meedeed! Er is ook veel gelachen.



Uiteindelijk kwamen we aan bij het laatste, belangrijkste, onderdeel van deze dag:

Wat heeft U nodig als mantelzorger?

Eenieder kon zijn eigen (vaak schrijnende) verhaal kwijt. Hoe fijn is het om gehoord te worden door mensen die de situatie  cht begrijpen door de eigen ervaringen. Dat geeft al enorm veel steun.

Na afloop kreeg iedereen een kaars met een mooi gedicht mee als bedankje voor de zorg en ondersteuning die zij geven aan hun partner, vader, moeder of buur.

Wat zouden we zijn zonder de mantelzorger? Hij/zij is goud waard!

Deze bijeenkomst werd georganiseerd door casemanager dementie Daniëlle van der Krogt, gespecialiseerd verzorgende psychogeriatric Angela de Wolf en activiteitenbegeleidster Inge Leferink.



Fotoverslag

Boven: Rebecca Toet heeft de gasten van Ons Hoekje weer flink aan het knutselen gezet!

Midden en onder: Jan, Erwin, Olaf, Bianca en Bert hebben onze oude uniformen verzameld. Ze zijn naar Sighting Derde Hands. Die zal zorgen voor een duurzame herverdeling van onze oude uniformen. Meer hierover leest u op pagina 17 van dit Magazine.





Boven: Foto's van de kindercatechese van Radio Maria, gegeven door rector Van der Mee. Meer info over deze middag leest u op pagina 8.

Rechts: De gymgroep van de donderdagochtend vraagt of er meer mannen willen komen gymmen! Het is altijd leuk!

Onder: Bewoners van de afdelingen somatiek hebben tuincentrum De Bosrand bezocht. Het was een leuke middag. Er is daar altijd veel te zien, en lekkers te drinken.



A Dieu

Door Nel Benschop

Je bent niet dood - de Heer heeft je geroepen
bij Hem te wonen in zijn glanzend huis;
je hoeft geen rust en vrede meer te zoeken,
je hebt ze nu - want je bent veilig thuis.

Je bent niet dood - je mag voor eeuwig leven,
je bent verlost van onvolkomenheid,
van pijn en van verdriet. God zal je geven
een onbegrensd geluk in onbegrensde tijd.

Je bent niet dood - Maar ach, ik zal je missen
zoals een mens de meest-geliefde mist.
De jaren van geluk zijn niet meer uit te wissen
en ik geloof: God heeft zich niet vergist.

IN MEMORIAM

Dhr. T. van Wijk | 22 december 2023

Mw. C.A.M. Visser - Miltenburg | 30 december 2023

Mopperen?

Door Eva Paternotte

"LAAT JE EIGEN SAGGERIJN, NIET TOT LAST VAN DE ANDER ZIJN"

Wat is het soms zalig om even te mopperen op alles om ons heen. Het lucht op en zorgt voor gespreksvoer. Het is alleen wel van belang om niet in de negatieve sfeer te blijven hangen. Negatieve gevoelens werken als een magneet. Je zult dan negatieve dingen blijven zien en die versterken je handelen.

Hoe zou je ervoor kunnen zorgen dat je de dagen wat positiever doorkomt?

Wees dankbaar

‘Het gras is (niet) groener aan de overkant.’ Een bekende uitspraak. Je zal in het leven altijd mensen tegenkomen bij wie het lijkt dat ze het ‘beter’ voor elkaar hebben. De vraag is of dat daadwerkelijk zo is, of dat dit in jouw gedachten zo is. Beter is het om te kijken naar je eigen leven. Schrijf zo nu en op waar je dankbaar voor bent. Opschrijven is van belang om het inzichtelijk te maken. Zo kun je teruglezen wat er allemaal is bereikt. En dan zal blijken dat je trots mag zijn!

Zorg voor een positieve mindset

Met positieve gedachten, straal je positiviteit uit en zul je positieve mensen aantrekken, maar waarschijnlijk ook actiever in het leven gaan staan. En laat actief in het leven staan

er nu voor zorgen dat de dag een positieve invulling krijgt, wat weer zal zorgen voor gelukshormonen. Mensen zijn graag nuttig.

Zorg voor een doel

Een dag met een doel zorgt ervoor dat je actief opstaat en invulling weet te geven aan de dag. Maar je kunt ook een groter doel hebben waar je langer naar zult moeten streven. Doelen en dromen geven sturing. Het is goed om iets te hebben waar je naar kunt streven.

Het is van belang de negatieve emoties niet te negeren of ze te bagatelliseren.

Door er geen gehoor aan te geven en door te denken ‘Zo erg is het niet of er zijn ergere dingen in het leven,’ neem je je eigen situatie niet serieus. Dit kan invloed gaan hebben op de gezondheid (want stress) maar er blijft ook weinig ruimte over voor positieve gevoelens. De negatieve gevoelens zijn immers niet opgelost.

Door de negatieve gevoelens die er zijn te delen, of een muziekstuk aan te zetten die bij dit gevoel past, geef je ruimte aan de negatieve situatie waarin je je bevindt. Zet daarna je beste beentje voor en er iets positiefs tegenover.

Aankondiging Vastenactie

Van team Welzijn

Op 19 maart komen Johannes en Miriam Witt weer naar Roomburgh om een mooie middag te verzorgen over de ontwikkelingsorganisatie Fidesco. Zij willen in de vastentijd, die 14 februari begint, aandacht vragen om een bijzonder project te ondersteunen, namelijk een basisschool in Burundi. Zet het vast in uw agenda, het is zeer de moeite waard!

The logo for FIDESCO, featuring the word 'FIDESCO' in a bold, red, sans-serif font. The 'CO' is enclosed in a white square with a red border.

Column: Aswoensdag en Valentijn ineen?

Door Harriët van Dijk

Valentijnsdag en Aswoensdag vallen dit jaar op dezelfde dag. De Dag van de Liefde en de Dag van soberheid en vasten. Voor katholieken een belangrijke dag. Zij ontvangen dan in de viering een 'askruisje', een kruisje van as op het voorhoofd. De as is afkomstig van de verbrande palmtakjes die iedereen het jaar ervoor, in de viering van Palm-pasen, heeft ontvangen.

Daarna begint de veertigdagentijd, een tijd van vasten en soberheid, dus niet alleen op Aswoensdag, maar nog veel langer. Vasten kom je in veel religies tegen. Het betekent dat je jezelf iets ontzegt, zodat je beter bij de kern kunnen komen: waar gaat het nu echt om in het leven?

Passen Valentijn en Aswoensdag bij elkaar? vroeg ik me af. Eigenlijk wel, hoewel het tegengesteld lijkt. De liefde is: vieren, uitbundigheid, kussen, omhelzingen, bloemen, cadeaus en veel hartjes. Aswoensdag is: ingetogen, sober en boete.

Boete heeft in onze tijd vaak een negatieve klank, maar het is eigenlijk iets heel moois, iets positiefs, om even in het thema van het Magazine te blijven, én het heeft alles met liefde te maken. Bij boete denken we misschien aan mensen die op hun blote knieën trappen op gaan als boetedoening of aan mensen die zichzelf op een andere manier pijnigen: zelfkastijding. In onze spreektaal zeggen we als iemand een ander kwaad heeft gedaan: "Hij moet er voor boeten", hij moet ervoor gestraft worden. En een bekeuring noemen we "een boete." Dat lijkt allemaal niet positief.

'Boeten' is een heel oud woord. Het komt bij de vissers vandaan: het boeten van de visnetten. Dat is het repareren van de netten, zodat ze weer klaar zijn voor de volgende vangst. 'Boeten' is dus eigenlijk iets 'heel' maken en dat past heel mooi bij de liefde. Want we kwetsen elkaar, we doen elkaar helaas soms pijn, als dat niet uitgesproken en goedge maakt wordt ontstaat er verwijdering.

De veertigdagentijd, de vastentijd, is dus een tijd van 'boeten'. Wij kunnen daar een heel klein stapje in doen door onszelf iets te ontzeggen, bijvoorbeeld geen vlees eten, niet snoepen, niet roken of drinken, minder tv of internet. Allemaal dingen die je kunt laten of minderen om tijd over te houden voor God en de naaste. Maar het kan ook anders, we kunnen proberen minder te mopperen en te klagen, meer dankbaar te zijn, aan het eind van de dag even stil te staan bij wat mooi en goed was vandaag, iemand opzoeken of bellen die eenzaam is of het moeilijk heeft. Dat ligt allemaal in de lijn van de liefde en ook dat kan ons soms moeite kosten.

Vasten, boete doen is geen prestatie waar we na 40 dagen op terugkijken, om ons op de borst te kloppen, omdat we het zo goed hebben volgehouden. Het doel is: herstel. Herstel van onze relatie met God, met de naaste en met onszelf. God is ons daarin al tegemoet gekomen. Dus ook als het niet lukt het voornemen 40 dagen vol te houden, je kunt elke dag weer opnieuw beginnen en beseffen dat wij onmachtig zijn de breuk tussen God en mens te herstellen. Juist daartoe zond God Zijn Zoon, Jezus, die in onze plaats het herstelwerk volbracht heeft, en dat alles uit Liefde!

Een duurzaam pakkie-an

Door Diana Lek

Nu we allemaal in de nieuwe bedrijfskleding rondlopen rees de vraag wat we - op een duurzame manier - met de oude witte jasjes en broeken en de kleurige hesjes van KSW moesten doen.

Er zijn verschillende contacten geweest maar uiteindelijk is er een mooie bestemming gevonden, met medewerking van Stichting Derde Hands uit Apeldoorn. Derde Hands is een stichting die bruikbare goederen een nieuwe bestemming geeft in ontwikkelingslanden en in oorlogsgebieden. Zij heeft twee

mooie bestemmingen gevonden voor de oude uniformen. Een deel naar een ziekenhuis in Oekraïne en een ander deel naar een ziekenhuis in Suriname.

Op 15 januari heeft Jan Kleijn de kleding met een Roomburghbus naar Apeldoorn gebracht en aan de stichting overdragen, die zal er verder zorg voor dragen dat de uniformen op de juiste bestemmingen aankomen.

Zie ook de foto's van het inladen van de bus in het fotoverslag op pagina 12.

Leidse herinneringen

Door Jan Kleijn

In de vroege ochtend van 12 februari 1929 ontdekte een bewaker brand in het stadhuis. De brand was waarschijnlijk ontstaan uit de kolenkachels die de medewerkers 's nachts hadden laten branden om 's morgens gewoon te kunnen werken. Op het moment van ontdekken was er reeds een uitlaande brand. De brandweer rukte op volle sterkte uit, maar zij kon het pand al niet meer redden. Brandweerlieden werden ook gehinderd door de kou (het vroom 15 tot 18 graden) en een deel van het bluswater bevroor zodra het de gevel raakte. Behalve de gevel ging het hele stadhuis verloren, inclusief de toren. Ook een deel van de archieven en van het bevolkingsregister vielen aan de brand ten prooi.



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

Wilt u

hier adverteren?

Neem dan contact
op met Diana Lek via
dlek@roomburgh.nl

Voor leuke, creatieve
workshops
kunt u terecht bij

ArtStudioLeiden



Burggravenlaan 18 (zolder)

2313HV Leiden

of bij u op locatie

Info: artstudioleiden@gmail.com

www.facebook.com/workshopsleiden

Een bijzondere ontmoeting

Door Diana Lek

Meneer komt binnen op zijn scootmobiel, hij is gebracht door de regio-taxi. Hij komt naar de receptie en vertelt dat hij een rondleiding heeft. Hij is nog wel wat vroeg, de afspraak is pas over een half uur, maar met de regio-taxi moet je nou eenmaal de tijd nemen. Ik vraag zijn naam en bied hem een kopje koffie aan. Als ik meneer zijn bakkie koffie heb gebracht, laat ik de betreffende collega weten dan meneer er al is voor de rondleiding.

Rond drie uur is de rondleiding weer voorbij en installeert meneer zich weer bij de receptie. De taxi komt hem pas om vier uur ophalen, dus hij moet nog een tijd wachten. We beginnen een praatje. Ik moet goed luisteren want meneer is slecht verstaanbaar. Meneer vertelt over zijn huidige woonsituatie en over dat hij het daar niet naar zijn zin heeft en daarom graag in Roomburgh wil komen wonen. Ik vraag meneer of hij kinderen heeft, en spontaan vertelt hij een heel verhaal over zijn leven, de oorlog, over zijn voormalige vrouw en zijn zoon, die hij al lang niet meer ziet.

Dan vraagt hij mij om de tekst "De rode draad zonder einde" op het internet op te

Carnaval 2024

Van de redactie

Februari is de maand dat de veertigdagentijd, oftewel de vastentijd weer begint. Deze indrukwekkende tijd van inkeer, gebed en vasten ter voorbereiding op het Paasfeest wordt vooraf gegaan door het feestelijke carnaval, dit jaar van 11 t/m 13 februari. In Roomburgh is het geen carnaval zonder Gösta van den Burg, dus ook dit jaar zal hij weer een feestje komen bouwen, en wel op 13 februari om 14 uur in de lounge! Wees erbij!

zoeken. Dat doe ik. Er verschijnt een boek, geschreven door meneer zelf. Het boek gaat over zijn leven en hij heeft het geschreven toen hij vierentachtig jaar oud was, nu vier jaar geleden. Inmiddels heeft hij een tweede boek geschreven en is hij op het moment bezig met een gedichtenbundel.

Omdat we het best wel uitgebreid over zijn leven hebben gehad zeg ik: "Nou, als u hier komt wonen, wil ik uw boekje graag eens lezen." Hierop vraagt hij direct mijn naam en het adres van Roomburgh, want hij wil graag een exemplaar aan mij geven, omdat we zulke fijne gesprekken hebben gehad vanmiddag en omdat hij het heel fijn vond om zijn verhaal te doen.

Ik ben benieuwd of ik het boekje binnenkort mag ontvangen, maar bovenal vind ik het altijd bijzonder als bezoekers of bewoners hun verhaal met mij willen delen. Het doet de verteller vaak goed als die zijn verhaal eens kwijt kan en ik word er altijd blij van om de rijke levensverhalen te mogen horen.

Om half vijf komt eindelijk de taxi en roepen we allebei: "Tot ziens."



Moppen

Nick is een week ziek geweest. Weer op school vraagt hij aan de meester: 'Heb ik veel gemist met geschiedenis?' De meester antwoordt: 'Nee hoor, maar vijfhonderd jaar!'

'Mama, ik zie een grijze haar!' zegt Julia tegen haar moeder. 'Die grijze haren krijg ik omdat mijn kind zo ondeugend is,' plaagt haar moeder. Julia: 'Ah, nu snap ik waarom oma helemaal grijs is!'

Wat is het toppunt van tijdverspilling?

Twee kale mannen die vechten om een kam!

Spreuk

*Eindig je dag altijd
met een positieve gedachte.
Ongeacht hoe moeilijk het was,
morgen komt er
een nieuwe kans.*

Activiteitenkalender februari

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	
	11.00 – 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 februari

2 februari		MARIA LICHTMIS	
	17.00 uur	Gezongen H. Mis (kapel)	
3 februari	19.00 uur	Zondagsmis op zaterdagavond (kapel, géén Mis op zondag 4 februari)	
6 februari	14.00 uur	Klassieke-muziekmiddag (lounge)	
9 februari	13.30 uur	Leesclub (Ons Hoekje)	
12 februari	14.00 uur	Musical van de KISI Kids (lounge)	
13 februari		CARNAVAL IN ROOMBURGH	
	14.00 uur	Optreden: Gösta van den Burg (lounge)	
14 februari		ASWOENSDAG – Begin veertigdagentijd	
	17.00 uur	H. Mis met oplegging askruisje (kapel)	
16 februari	14.30 uur	Bidden van de Kruisweg (kapel)	
18 februari		1^E ZONDAG VAN DE VEERTIGDAGENTIJD	
	10.30 uur	H. Mis (kapel)	
19 februari	14.00 uur	Bloemschikken (lounge)	
21 februari	10.30 uur	Veertigdagenretraite (Jozefzaal)	
23 februari	14.30 uur	Bidden van de Kruisweg (kapel)	
25 februari		2^E ZONDAG VAN DE VEERTIGDAGENTIJD	
	10.30 uur	H. Mis (kapel)	
28 februari	10.30 uur	Veertigdagenretraite (Jozefzaal)	

THUISOPTIEK HAAGLANDEN

UW OPTICIEN AAN HUIS

Afspraak maken?



06-19361007



www.optiekhaaglanden.nl



info@optiekhaaglanden.nl



Oogmeting in uw
vertrouwde omgeving



Vrijblijvend deskundig advies



Groot aanbod glazen en
monturen



Geen voorrijkosten en twee jaar
gratis onderhoud

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 | wijkcoördinator@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

Positiviteit

AANWEZIG

BATIG

BESLIST

BEVESTIGEND

BEVORDERLIJK

BRUIKBAAR

CONSTRUCTIEF

DIENSTIG

GOED

GOEDGEZIND

GUNSTIG

HALFVOL

HOOPGEVEND

INSPIRATIE

NUTTIG

ONGETWIJFELD

ONVOORWAARDELIJK

OPBOUWEND

OPTIMISTISCH

OVERTUIGD

POSITIEF

ROOSKLEURIG

STELLIG

TEGOED

UITGESPROKEN

VAST

VOORDELIG

WERKELIJK

WEZENLIJK

ZEKER

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