



R.K. Zorgcentrum
ROOMBURGH



ROOMBURGH magazine

Eigen regie

Felicitaties!

Sociale veiligheid

Diner voor twee

Boekentip

En meer...

MEI 2025

Komt en luistert, gij allen die God
vreest, en ik zal u alles verhalen
wat de Heer mij gedaan heeft.

Introïtus van Maria-Visitatie (31 mei)

Voorwoord

"Kennen wij onze diepere behoeften voldoende om eigen regie te nemen?"



Bert Buirma, directeur Roomburgh

Eigen regie, de kracht van zelf bepalen.

In onze samenleving is het begrip eigen regie steeds belangrijker geworden. Eigen regie is voor velen niet zo vanzelfsprekend. Door bijvoorbeeld achteruitgang in gezondheid wordt men steeds meer afhankelijk van anderen, maar ook op sociaal vlak voelen wij ons vaak niet zo vrij. Wat vinden collega's, bewoners ergens van, voelen wij ons vrij om de keuzes te maken die wij ten diepste willen? Kennen wij onze diepere behoeften voldoende om eigen regie te nemen? Of leven wij meer oppervlakkig?

Eigen regie betekent dat iemand zelf keuzes maakt over zijn of haar leven en de verantwoordelijkheid neemt voor die keuzes. Of het nu gaat om gezondheid, werk, wonen of persoonlijke ontwikkeling, relaties noem maar op. Eigen regie draait om autonomie, zelfbewustzijn en het vermogen om richting te geven aan je eigen leven.

De kern van eigen regie ligt in het geloof dat mensen het beste zelf kunnen bepalen wat goed voor hen is. Het gaat niet over alles alleen willen of moeten doen. Daarbij kan ondersteuning van anderen — zoals zorgverleners, familie of vrienden — van grote waarde zijn, zolang die ondersteuning het proces van zelf beslissen versterkt en respecteert in plaats van overneemt. Dit vraagt om een andere houding van ons allemaal, niet enkel “helper” zijn, maar ook coach en luisterend oor. Het versterken van eigen regie betekent dat je de ander de ruimte en het vertrouwen geeft om zelf hun keuzes te maken, ook als dat betekent dat ze soms fouten maken. Want juist in het maken van fouten zit groei en ontwikkeling.

Dit vraagt om reflectie: wat wil ik bereiken, wat heb ik nodig en wat zijn mijn volgende stappen? Dit geldt voor grote zaken, bijvoorbeeld voor iemand die start met een nieuwe opleiding, of een nieuwe relatie, maar ook voor kleine zaken, bijvoorbeeld ik zou graag nog eens een bezoekje brengen aan.., vul maar in. Eigen regie is geen vaststaand doel, maar een proces. Het vraagt om bewustwording, vaardigheden en ondersteuning vanuit de omgeving. Als mensen de kans krijgen om regie te nemen over hun leven, voelen ze zich vaak meer gemotiveerd, veerkrachtig en tevreden. Hopelijk inspireren de artikelen in dit magazine u om de eigen regie te houden of te herpakken waar kan.

Veel leesplezier.

Inhoud

3	Voorwoord
	Inhoud
4	De kunstenaar
5	Woord van de rector
6	Felicities!
	Bloemenstal Cindy
7	Leidse bevrijdings-herinneringen
8	Sociale veiligheid
9	Van de receptie
11	Duurzaamheid en natuur
12	Fotoverslag
14	Gedicht
	In Memoriam
15	Kaarten
	Diner voor twee
16	Aan tafel met...
17	Boekentip
19	Vasten en Pasen
20	Moppen
	Spreuken & citaten
21	Activiteitenkalender
23	Contact & info
	Colofon
24	Woordzoeker

De kunstenaar heeft de regie

Door Cecilia Pak | kunstzinnig therapeut

Zo mooi aan schilderen vind ik dat de kunstenaar helemaal zelf mag bepalen hoe het kunstwerk wordt. Bijvoorbeeld welke kleuren worden gebruikt, wat voor vormen of illustratie er wordt gemaakt. De kunstenaar heeft de regie.



Opdracht om zelf te doen

Nodig:

Meerdere A4 papier vellen, gum, grijs potlood, gekleurde potloden

Wat te doen:

Kies iets in uw kamer wat u mooi vindt. Probeer dit eens na te tekenen. Dit kost concentratie en geduld. Geef uzelf dus de tijd. Het beeld hoeft niet kloppend te zijn. Kleur vervolgens uw schetslijnen in. Kies kleuren die u er mooi bij vindt of de kleuren die het voorwerp in het echt hebben. U mag trots zijn dat u weer wat nieuws heeft geprobeerd.

Woord van de rector

Door rector Van der Mee

EIGEN REGIE OF LEVEN IN AFHANKELIJKHEID

Iedere mens wordt geboren in grote afhankelijkheid. De heilige Schrift vertelt als eerste verhaal de schepping, met als hoogtepunt de schepping van de mens. Het lijkt erop dat de mens een zelfstandig wezen is, maar dat is natuurlijk niet waar. In alles zijn we afhankelijk, van de schepping, van elkaar en ook van God, die ons in leven houdt. Dat vergeten we gemakkelijk. De meeste mensen sterven ook in afhankelijkheid. Het is niet altijd gemakkelijk om alles los te laten en uit handen te geven. Velen in dit huis kunnen erover meespreken.

Autonomie bestaat in zekere zin niet, al wil de mens graag de eigen regie houden. Soms ook in de laatste fase van zijn/haar leven. Hoeveel mensen denken niet aan euthanasie, als laatste zelfbeschikking. Kan dat allemaal?

Wat is dan het probleem? De mens is geschapen met een vrijheid. Hij denkt dat hij kan doen en laten wat hij wil, maar dat is nooit zonder consequenties. Hij moet inderdaad zijn eigen keuzes maken, maar die hebben altijd hun gevolgen, zowel wat betreft de schepping als ook voor de medemens. Wanneer maken we de goede keuzes? Er moet iets zijn dat de mens richting geeft om het goede te doen en het kwade te laten. Er zijn wetten, die in de natuur liggen, die we moeten eerbiedigen. Wie geeft ons inzicht? Wat kan ons helpen?

In ons geloof kijken we naar de mens Jezus. In deze tijd van het jaar krijgt Hij alle aandacht met zijn lijden, dood en verrijzenis. Er is een woord van Jezus dat mij zeer aanspreekt: **“De Zoon kan niets uit zichzelf.”** (Johannes 8, 19). Jezus weet zich geheel afhankelijk van God, die zijn Vader is en Hem niet in de steek zal laten. Zo leeft Hij in afhankelijkheid tot het einde toe. Deze mens Jezus, die ook God is, heeft Zich in zijn eigen godheid niet laten gelden. Wij mensen staan juist wel vaak op onze strepen, met ons grote ego. Daarom is het leven een leerzame les: we moeten steeds leren leven in afhankelijkheid. Is daarvoor niet ook onze oude dag?

Voor wie een christen wil zijn of worden, Jezus zegt: “Wie mijn volgeling wil zijn, mijn leerling, moet mij volgen door zichzelf te verloochenen en zijn kruis op te nemen.” (Marcus 8, 34). Dat is een weg om te gaan, tegenovergesteld aan de weg die velen in deze wereld gaan, maar die doodlopend is. Christus opent door zijn verrijzenis de weg naar het ware geluk. Zo'n leven is mooier, en meer in de waarheid. Christus openbaart dat leven en nodigt ook u uit. Wie gaat er op in? Word een andere mens, kind van God, en leef in deze afhankelijkheid, zoals Jezus gedaan heeft.

Zo wens ik u een zalig Pasen,
op weg naar Pinksteren,

rector Joost van der Mee



Redenen voor felicitaties!

Van de redactie

Er zijn in Roomburgh regelmatig redenen om iemand te feliciteren! Deze keer zetten we er twee in het zonnetje.

Allereerst was Harold Bikhari afgelopen maand maar liefst 45 (!) jaar in dienst!



Daarnaast heeft Sigut van Evert na een jaar flink bikkelen en studeren haar professioneel koksdiploma gehaald!

We hopen dat u het gaat proeven! Maar ze kookte al zo goed, dat kan bijna niet beter!



Mededeling bloemenstal Cindy

Van de redactie

In Roomburgh zijn we erg blij met de bloemenstal van Cindy, de Pluk Bloemiste. Zij heeft ons gevraagd aan te geven dat de financiën helaas vaak niet kloppen. Er zijn meer bloemen en planten weg, dan dat er geld in de kas zit.

Willen wij dus blijven genieten van Cindy's mooie bloemen en planten? Dan moeten wij er met elkaar op letten dat we betalen wat we meenemen. Namens Cindy, veel dank!



Leidse bevrijdingsherinneringen

Door Jan Kleijn

In september 1944 was er even de hoop op een spoedige bevrijding. De geallieerde troepen rukten ineens snel op, en op Dolle Dinsdag nam men in vele plaatsen een voorschotje op de vreugde van de bevrijding. Maar na de mislukking van de operatie Market Garden (de slag bij Arnhem), stokte de opmars. De bevrijding bleef beperkt tot het zuiden van Nederland. Ook in Leiden volgde nog een zeer moeilijke winter met honger en kou. Maar in april 1945 werd onmiskenbaar duidelijk dat de bezetting nu echt snel voorbij zou zijn. De foto's tonen de intocht van de Canadezen op 8 mei.



Sociale veiligheid binnen Roomburgh

Door Tom Koot & Harriët van Dijk

In dit artikel wordt ingegaan op de sociale veiligheid binnen Roomburgh en de rol van de vertrouwenspersoon hierbij.

Steeds vaker lezen we in het nieuws over situaties waarin mensen slachtoffer zijn geworden van ongewenste omgangsvormen. De #MeToo beweging heeft veel in de openbaarheid gebracht waarin mensen in nare situaties zijn gekomen als het gaat om ongewenst gedrag. Werkgevers zijn volgens de Arbowet verplicht om te zorgen voor een veilige en gezonde werkomgeving voor medewerkers en bewoners. Daar spant het management van Roomburgh zich ook voor in. Er is beleid op het gebied van het leveren van goede zorg, voor sociale veiligheid en bewaakt wordt dat dit ook op orde blijft. Er wordt voorlichting en training gegeven aan medewerkers hoe ongewenst gedrag gesignaleerd wordt en hoe je hiermee kunt omgaan. Er is ook een klachtregeling, want je kunt niet alles voorkomen. Daarom moeten medewerkers weten hoe ze kunnen handelen als er toch iets gebeurt waardoor zij zich onveilig voelen.

De vertrouwenspersoon is er voor u

Roomburg heeft een vertrouwenspersoon die u kunt benaderen in situaties, waarin u zich onveilig voelt. Het gaat dan om vormen van machtsmisbruik, discriminerend gedrag, agressie, geweld, (seksuele) intimidatie of bijvoorbeeld pesten. Ook werkdruk kan ervaren worden als onveilig of een arbeidsconflict, privé problemen, een reorganisatie. De vertrouwenspersoon heeft hier geen verantwoordelijkheid voor maar kan wel een luisterend oor bieden.

Voelt u zich als medewerker of bewoner onveilig of hebt het gevoel dat u niet zichzelf kunt zijn? Probeer er direct over te praten met de betrokkene of eventueel met de eindverantwoordelijke. Komt u er met hen niet uit of durft u niet naar hen toe te stappen? Neem dan contact op met de externe vertrouwenspersoon en raadpleeg de klachtenregeling. In de klachtenregeling staat welke stappen u kunt nemen.

Wat kan de vertrouwenspersoon concreet betekenen?

Als u een melding wilt doen kan de vertrouwenspersoon u dus helpen. Hij biedt een luisterend oor en ondersteunt u bij de stappen die u kunt zetten. Ook kan de vertrouwenspersoon geraadpleegd worden bij vermoedens van maatschappelijke misstanden. Hij luistert, adviseert en denkt mee. Hij biedt een veilige sfeer, vertrouwelijkheid en heeft oog voor u.

De externe vertrouwenspersoon is Tom Koot. U kunt direct contact met hem opnemen via 06-27393669 of kootadvies@gmail.com. Tom is LVV-registervertrouwenspersoon ongewenste omgangsvormen en integriteit (VP-5514/ reg.nr.201866-001)



Van de receptie

Door Diana Lek

Mijn verhaal heeft deze keer niets met Roomburgh te maken maar ik wil, gezien het thema van dit Magazine, toch graag vertellen over een bijzondere middag.

Het is een heerlijke lentedag en mijn man Wilco en ik besluiten om even een buurtwandeling te maken. We lopen door park de Bult, richting de Tuin van de Smid en wandelen daar door Cronesteyn, genietend van de natuur en het zonnetje. Op de terugweg zien we op het pad een jongeman staan naast een andere jongeman die plat op de grond ligt. We lopen naar ze toe en vragen of alles in orde is. Blijkt dat de jongen die op de grond ligt hard is gevallen met zijn skateboard. Hij heeft veel pijn en ziet erg bleek. Gelukkig is de ambulance al onderweg.

Wilco en ik blijven bij de jongens, ik ga naast de jongen op de grond zitten en besluit dat het niet verstandig is om hem te verplaatsen in verband met mogelijk rugletsel. Af en toe zakt hij een beetje weg, dus blijf ik maar praten en vragen stellen om hem bij bewustzijn te houden. Beide jongens zijn al lang vrienden en heten beide Jimmy. Ze zijn met de bus uit Boskoop gekomen om hier op de Bult te skateboarden.

Inmiddels zijn we een uur verder en is er nog steeds geen ambulance. Ik bel nogmaals met 112 en krijg te horen dat het erg druk is en dat er een ambulance komt zodra die beschikbaar is. Dus we blijven kletsen met de Jimmy's die ons inmiddels hun halve levensverhaal al hebben verteld. Ik merk op dat de Jimmy op de grond het behoorlijk koud begint te krijgen, en vraag Wilco om bij ons thuis wat dekens te halen om hem een

beetje warm te houden.

Na nog een uur wachten bel ik wederom 112. De centralist vertelt dat er wel een ambulance is geweest, maar dat die ons niet kon vinden. Ze gaat deze nu nogmaals sturen.

Nog eens zo'n 20 minuten later komt de ambulance er eindelijk aan. De broeders bevragen ons over de gebeurtenissen en maken excuses dat het mis is gegaan. Ze nemen de behandeling over en verplaatsen Jimmy naar de ambulance.

Later op de avond krijg ik nog een berichtje van de gezonde Jimmy, hijzelf is inmiddels thuis, de gehavende Jimmy is nog in het ziekenhuis en heeft zijn sleutelbeen gebroken. Zijn rug is gelukkig in orde en hij kon alweer lachen.

De volgende dag bedanken de jongens ons nog even, ze vonden het erg fijn dat wij bij ze zijn gebleven en een beetje de regie in handen namen.

Het blijft toch bijzonder dat je in dit soort situaties best wel heel intieme dingen kan delen met mensen die eigenlijk wildvreemden zijn. Al met al was het een bijzondere en enerverende middag.



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



Virati

UITVAARTVERZORGING

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



Directe hulp na overlijden, 24/7 bereikbaar

071 - 203 21 34 | www.virati.nl

Wilt u hier adverteren?

Neem voor meer info contact op

met Diana Lek via

dlek@roomburgh.nl

Duurzaamheid en natuur

Door Inge Leferink | Tekening door Dewi Wiggers

Deze keer een éénjarig kruid dat overal te vinden is in de natuur, in tuinen, weilanden, bosranden, heggen en langs paden. Het kruid bloeit van mei tot en met oktober. Makkelijk herkenbaar want het doet haar naam eer aan! Waar heb ik het over?

Galium aparine, oftewel kleefkruid, en ook wel kattenklauw genoemd is een plant uit de sterbladigenfamilie. De plant blijft letterlijk aan alles 'kleven' wat langsloopt.

Kleefkruid wordt al sinds de middeleeuwen als gezond en geneeskrachtig kruid gebruikt. Paarden, honden en konijnen eten het graag.

Een dankbaar geschenk van de natuur, want kleefkruid staat bekend om haar zuiverende werking. Het heeft een positieve invloed op de lymfestroom, nieren, lever én de huid.

- Lymfestelsel & immuunsysteem: Kleefkruid werkt als een milde lymfereinigser en kan helpen bij gezwollen lymfeklieren, vochtophoping en ontstekingen.
- Ontgiftend & vochtafdrijvend: Ondersteunt de nieren en lever bij het afvoeren van afvalstoffen, wat helpt bij oedeem en blaasontsteking.
- Huidproblemen: Werkt verzachtend bij eczeem, psoriasis en acné. Een kleefkruidthee kan helpen bij huidirritaties.
- Koortsverlagend & ontstekingsremmend: Wordt traditioneel gebruikt bij verkoudheid en griep om het lichaam te helpen afkoelen.
- Spijsvertering: Kan een milde laxerende werking hebben en de spijsvertering ondersteunen.

Hoe kun je kleefkruid gebruiken?

Vers geplukt jong kleefkruid (vóór de bloei en met in achtneming van de plukregels!) in stukken knippen en laten trekken in heet water voor thee.

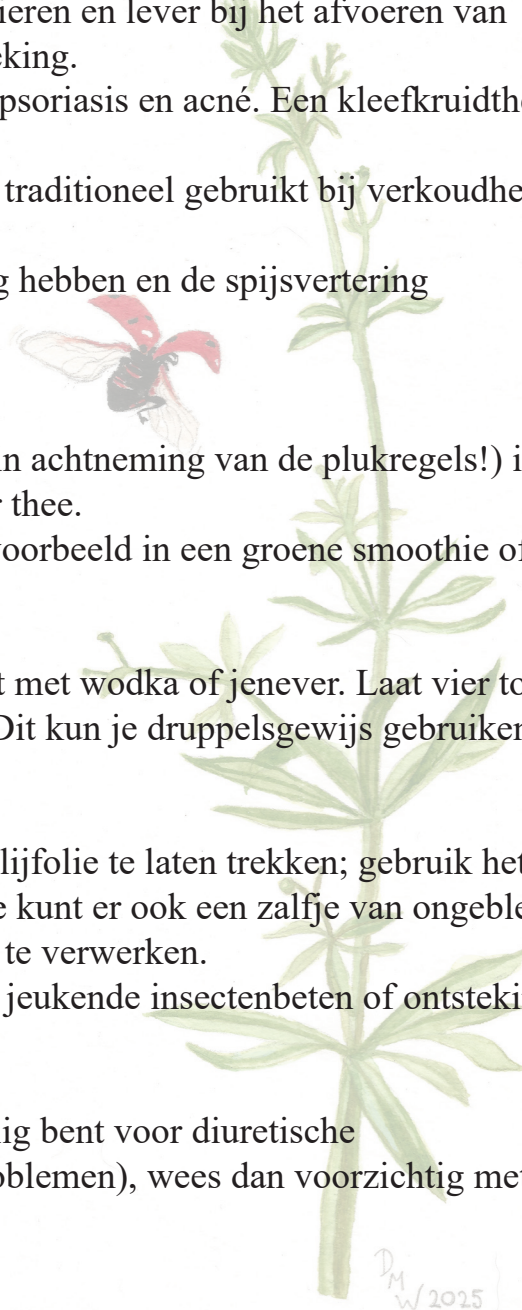
De jonge toppen kunnen rauw gegeten worden, bijvoorbeeld in een groene smoothie of salade (wel goed fijnsnijden!).

Tinctuur: stop vers kleefkruid in een pot en overgiet met wodka of jenever. Laat vier tot zes weken trekken, dagelijks omschudden en zeef het. Dit kun je druppelsgewijs gebruiken bij lymfestagnatie of een detox-kuur.

Huidverzorging: maak een olie door kleefkruid in olijfolie te laten trekken; gebruik het als kompres bij huidproblemen of gezwollen klieren. Je kunt er ook een zalfje van ongebleekte bijenwas van maken door de kleefkruid(olie) hierin te verwerken.

Vers gekneusde blaadjes kunnen direct op wondjes, jeukende insectenbeten of ontstekingen worden gelegd.

Kleefkruid is heel mild en veilig, maar als je gevoelig bent voor diuretische (vochtafdrijvende) kruiden (bijvoorbeeld bij nierproblemen), wees dan voorzichtig met grote hoeveelheden.



Fotoverslag

Boven: De moestuin in de serre van Ons Hoekje is goed onderhouden door Rebecca Toet, met zeer welkome hulp van mw. Fritz!

Midden: Bij de dagbesteding heeft men de handen weer creatief laten wapperen. Katten van wijflessen, lapjesdeken. Alles wordt gemaakt!

Onder: De jaarlijkse viering van de Ziekenzalving was erg mooi en goed bezocht, zelfs door familie!





Boven: De viering voorafgaand aan de Jozefavond, die in het teken stond van Fidesco, werd opgeluisterd door een deel van het Magnificatkoor.

Midden: De bewoners van somatiek zijn een dagje naar Naturalis geweest.

Onder: De Paaswake was erg bijzonder dit jaar. Meneer Hein Barentsz werd gedoopt in onze Sint Jozefkapel!

Ik noem jouw naam

Vrij naar een gedicht van Leonita Gerssen

Als ik denk
Dan hoor ik jouw naam
Als ik slaap
Droom ik jouw naam
In hoe ik nu leef
Beleef ik jouw naam
In mijn verdriet
Betraan ik jouw naam
Uit machteloosheid
Schreeuw ik jouw naam

Soms, heel alleen
Verwerk ik jouw naam
Met al mijn liefde
Koester ik jouw naam
Hier dichtbij me
Voel ik jouw naam
In deze saamhorigheid
Vertel ik jouw naam
Opdat je zult weten
Dat ik je niet zal vergeten

"Ieders naam staat geschreven in Gods hand"

IN MEMORIAM

Mw. C.A.M. van der Geest - van Dam | 28 maart 2025

Mw. G. Henzen - van der Jagt | 7 april 2025

Mw. C.J.T. Kroon - Gout | 11 april 2025

Mw. H.M.J. Rijsdijk - van der Stok | 22 april 2025

Kaarten

Door Diana Lek

Mevrouw Kramers heeft samen met haar vriendin een leuke hobby: de dames vinden het heerlijk om zelf kaarten te maken. Elke keer als de dames er weer een aantal bij elkaar hebben geknutseld komen zij deze langsbrengen bij Roomburgh. Er zijn kaartjes voor allerhande vieringen en wensen. U vindt de mooie kaarten in de kaartenstandaard in de hal op de begane grond.



Diner voor twee

Van de redactie

Graag vestigen wij uw aandacht nog eens op het prachtige Diner voor Twee dat iedere zes weken georganiseerd wordt door een enthousiast team.

Dit diner is speciaal bedoeld voor hen voor wie het door omstandigheden niet meer mogelijk is om ouderwets samen te eten. Spreek voor meer informatie vooral eens Petra Hockx, Manuela van Fulpen of Bianca Alkemade aan!



Aan tafel met...

Door mevrouw Gerry Pohl

Het thema van deze maand is “eigen regie”. Een term die we vaak horen in de ouderenzorg. Met eigen regie bedoelen we het eigen vermogen om zelf te kunnen bepalen wat je wilt doen en hoe je dat wilt organiseren. Het heeft te maken met zelfredzaamheid, eigen kracht en eigen verantwoordelijkheid, maar ook met het kunnen vragen en ontvangen van hulp. Hoe ga je daar als oudere mee om. Ik ga hierover in gesprek met meneer Jan Voogt.

Wanneer bent u geboren en hoe was uw jeugd?

Ik ben geboren op 12 juni 1925 en 4 jaar later kwam mijn zusje Reina.

Moeder had een kruidenierszaak en dat was haar lust en haar leven. Vader werkte bij een aannemersbedrijf. Ik ben vrijzinnig opgevoed en leerde veel te accepteren, maar ook kritisch te zijn. We moesten wel respect hebben voor andermans geloof.

Ik heb een goede jeugd gehad; doordat mijn moeder het druk had met de zaak hadden we een dienstmeisje, die voor ons zorgde maar ook veel voorlas! Hoewel mijn ouders niet naar de kerk gingen, ging ik wel naar de zondagschool. Er werden bijbelverhalen verteld en liedjes gezongen. Na de lagere school en de ULO ben ik naar de kweekschool (onderwijzersopleiding) gegaan. Vanwege het uitbreken van de 2de wereldoorlog moesten alle jongens na de 2de klas in de arbeidsdienst. Eerst moesten we heideplaggen steken in de

Peel en later naar Drente om mee te helpen bij de aardappeloogst. Na de oorlog ben ik verdergegaan met de opleiding aan de kweekschool.

Bent u getrouwd geweest en heeft u kinderen?

Ik ben in april 1952 met Jopie getrouwd. Na de oorlog was er woningnood en woonden we een tijdje in bij mijn schoonouders op zolder in Den Haag. Eerst werd dochter Gonnie geboren en daarna kwamen er nog 2 zoons, Aart-Jan en Louwerens. Inmiddels heb ik 12 kleinkinderen en 10 achterkleinkinderen. Ik ben 71 jaar met mijn vrouw getrouwd geweest en dat hebben we hier in Roomburgh nog kunnen vieren.



Hoe was uw arbeidsleven?

Ik ben 39 jaar in het onderwijs werkzaam geweest. Eerst in Delft maar al vrij snel in Luxemburg op de Europese Internationale School. Ik was daar hoofd van de lagere school met Franse, Duitse, Italiaanse, Belgische en Nederlandse kinderen en leerkrachten. Er werd op school ook aandacht besteed aan godsdienstonderwijs, verzorgd door dominees en paters van verschillende nationaliteiten en een rabbijn. Toen we in 1970 terug zijn gekomen naar Nederland heb ik tot aan mijn pensioen gewerkt als hoofd van de Internationale School van Philips in Eindhoven.

Wanneer bent u in Zorgcentrum Roomburgh komen wonen?

Mijn vrouw is eerst hier op de afdeling KSW komen wonen (november 2018) en in maart 2019 heb ik een aanleunwoning gekregen. Mijn vrouw is in maart 2023 overleden. Na 71 jaar getrouwd te zijn geweest viel het afscheid zwaar. Ik heb het een beetje kunnen verwerken door over haar te praten met de kinderen en te beseffen dat er dingen gebeuren in je leven, waar je niet om heen kunt. Ik woon heel prettig in Roomburgh met aardige medewerkers; er wordt me niets opgedrongen.

Hoe gaat u om met afhankelijkheid en wat is het moeilijkst om uit handen te geven?

Ik probeer zo min mogelijk afhankelijk te zijn en te doen wat ik kan doen. Het is niet leuk om afhankelijk te zijn, maar er gebeuren dingen waardoor je wel hulp nodig hebt. Zo ben ik een aantal keren gevallen en dan is het goed en fijn dat er hulp in de buurt is. Ik vind het moeilijk om dingen uit handen te geven, maar je kunt er in een bepaalde fase van je leven niet omheen. Je zelfredzaamheid wordt minder, maar dan is het belangrijk te doen wat je nog kunt doen en de rest te accepteren. En dan vind ik het zo mooi van hulp ontvangen, dat de zorg medewerkers aardig tegen je zijn en met een lach jou die hulp geven, die je nodig hebt.

U woont hier in een huis met een katholieke signatuur en u bent zelf vrijzinnig. Er is een kapel en een rector. Hoe vindt u dat?

Er wordt hier niets opgedrongen en men heeft respect voor andermans geloof.

Boekentip

Door Anke Cornelissens

Bent u binnenkort jarig en weet u niet wat u vragen moet?

Ik raad u het boek *Goede Moed, Inspiratie voor de avond van het leven* aan.

Het is geschreven door Thomas van der Horst, een geestelijk verzorger.

Veel leesplezier!

Anke Cornelissens

Dat vind ik mooi. Er worden hier groepsbijeenkomsten gehouden, zoals de vastenretraite die door Harriët wordt gegeven en de uitleg van het Paasmysterie door de rector. Ik heb aan beide deelgenomen omdat ik het interessant vind. De flap-over waar de rector op schreef heb ik gevraagd en meegekregen. Gewoon uit belangstelling en om het later nog eens te lezen en over na te denken.

Tot slot, hoe vierde u het Paasfeest vroeger?

Met de familie. Voor de (klein)kinderen werden er paaseieren verstoppt en met mijn vrouw ging ik naar Denenkamp om daar de Paasfeesten te bezoeken. Over de herkomst en de traditie van het Paasfeest heb ik ook artikelen en prenten verzameld. Op latere leeftijd luisterden we graag naar de Mattheus Passion, waar we ook een aantal uitvoeringen van hebben bijgewoond.

Is daar nu u ouder en alleenstaand bent verandering in gekomen?

Ja, door mijn deelname aan de groepsbijeenkomsten van Harriët en de rector ben ik meer over de kruisdood van Jezus Christus en Zijn verrijzenis na gaan denken en ben wat meer tot bezinning gekomen. Pasen is toch het grootste feest in de katholieke kerk.

Ik dank u heel hartelijk voor uw bereidwilligheid om samen in gesprek te gaan.

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



Restauratie

•

Renovatie

•

Nieuwbouw

•

Onderhoud

**Wilt u hier
adverteren?
Neem voor meer
info contact op
met Diana Lek via**

dlek@roomburgh.nl



Coenecoop 2C, 2741 PG Waddinxveen
Tel. : 0182 - 619944
E-mail : info@vanberkelwaddinxveen.nl

Terugblik op Vasten en Pasen

Door Gerry Pohl

VASTENRETRAITE

Het is inmiddels traditie geworden dat gedurende de 40-dagentijd (vastentijd) een retraite wordt gegeven door Harriët van Dijk. Gedurende zes weken voor het Paasfeest werd er in de Rembrandtkamer wekelijks een bijeenkomst gehouden waarin stil werd gestaan bij het lijden en de kruisdood van Jezus Christus, zoals beschreven staat in de Bijbel in Mattheüs 26 en 27. Harriët had meditatieën omtrent het lijden en kruisdood van Jezus geschreven en samen met liederen uit de Mattheus Passion werd dit ten gehore gebracht.

De bijeenkomsten waren in stilte zodat het meditatieve bijeenkomsten waren. Zoals gebruikelijk werd het uurtje geopend met het aansteken van de kaars en een gebed. Harriët las voor en wij konden allen met een gegeven blad meelezen.

Gedurende de zes weken werd het hele lijdensverhaal van het staan van Jezus voor Pontius Pilatus tot en met Zijn kruisiging voorgelezen.

De retraite werd afgesloten met een documentairefilm: SHROUD - The full story.

Deze film leert ons alles over de interessante relik: de Lijkwade van Turijn.

De retraite heeft ons dichter gebracht bij het Paasmysterie... het Paasfeest 2025.

HET GEHEIM VAN PASEN ONTVOUWD

Op Witte Donderdag heeft de rector een uiteenzetting gegeven over het grootste feest in de katholieke kerk: het Hoogfeest van Pasen.

De meeste mensen denken dat Pasen op zondag valt. Het Hoogfeest van Pasen begint al op Witte Donderdag. Het is als een passage, een voorbijgaan van de Heer. Hij wil ons meenemen met Zijn dood, die wij allen moeten ondergaan naar Zijn Verrijzenis.

De Paasnacht is een bijzondere nacht, waarin gelovige Joden elk jaar herdenken dat de Heer Zijn volk uit de Egyptische slavernij bevrijdde. Christenen weten dat het Paasfeest zijn voltooiing vindt in Christus verrijzenis. Hij brengt de echte bevrijding door uit de dood te verrijzen. Hij overwint de slavernij van de zonde en schenkt nieuw leven, het Eeuwige Leven.

In deze uiteenzetting vertelde de rector over hoe de Joden het Paasfeest vierden: een maaltijd met bijzondere tekenen, waaronder de ongezuurde broden en bekers wijn. Zij deden dit aan het begin van de Paasnacht, bij de zonsondergang op zaterdag.

Dit was de maaltijd, die Jezus vierde met Zijn vrienden. Jezus brak het brood en gaf de wijn te drinken. Dit vieren we elke keer in de Eucharistie. Zo wordt Pasen iedere keer in de Eucharistie gevierd met dit brood en deze wijn. Pasen wordt op die manier het belangrijkste feest.

Het bijzondere van Pasen in Roomburgh dit jaar was dat er in de Paasnacht een doop heeft plaatsgevonden van een medebewoner, dhr. Hein Barentsz. Door de doop deel je in de dood en verrijzenis van Christus. De oude mens sterft en een nieuwe mens wordt geboren, vervuld van Gods geest. Je wordt een kind van God. Het Pasen was dit keer heel bijzonder voor heel Roomburgh.

Moppen

Kees is nog maar net begonnen met zijn nieuwe baan bij de explosievenopruimingsdienst als hij een bom vindt. 'Chef, chef!' roept hij. 'Ik heb de bom gevonden. Hij ontploft over 59 seconden. Kom snel!' Roept zijn chef: 'Heb je een minuutje?'



Een kok maakt soep en de chef komt een kijkje nemen. Hij zegt: 'Eten we nu alweer soep?!' Uit woede gooit hij de pan soep en een tafel naar buiten, dan loopt hij om af te koelen ook zelf naar buiten. Even later komt de kok met twee stoelen naar buiten. waarop de chef vraagt: 'waarom doe je dat?' Antwoordt de kok: 'Nou, ik dacht dat we buiten gingen eten.'

Hoe noem je een kameel met drie buiten?
jwəbunɔz



Spreuken & citaten

**"Eigen regie begint met
het beseft dat je
altijd een keuze hebt"**

- Anoniem

**"Je kunt niet altijd
controleren wat er gebeurt,
maar je kunt wel kiezen hoe
je ermee omgaat."**

- Epictetus (stoïcijnse filosoof)

**"Zelf de regie houden,
betekent ruimte maken
voor wat voor jou
belangrijk is."**

- Van de redactie

Activiteiten mei

*Bezoek de website voor mistijden: www.roomburgh.nl
of kijk op het overzicht bij de kapel*

VRIJ 2.5 Middag Bevrijding Leiden
14.00 uur – Lounge

ZO 4.5 Dodenherdenking

MA 5.5 Bevrijdingsdag



ZA 10.5 Nationale offline-dag

ZA 10.5 LIVE: Kunst & Muziek
14.30 uur – Lounge

ZO 11.5 Moederdag*

MA 12.5 Dag van de verpleging

DI 13.5 Klassieke-muziekmiddag
14.30 uur – Lounge

DO 15.5 Fiets naar je werk-dag

ZO 18.5 Optreden: Key2Singing
14.00 uur – Lounge

DI 20.5 Filmmiddag Jan Kleijn
14.00 uur – Jozefzaal

DI 27.5 Wil je zingen? Zing dan mee!
14.00 uur – Lounge

WO 28.5 Gespreksgroep: Levende verhalen
10.30 uur – Jozefzaal

DO 29.5 Hemelvaartsdag
Mistijden op het overzicht bij kapel

VRIJ 30.5 Leesclub
13.30 uur – Ons Hoekje (flat 52)

ZA 31.5 Maria Bezoek
Mistijden op het overzicht bij kapel

**Wij wensen
alle moeders
een prachtige,
zonnige en
liefdevolle
Moederdag!**

THUISOPTIEK HAAGLANDEN

UW OPTICIEN AAN HUIS

Uw ogen verdienen de beste zorg, gewoon bij u thuis.

ThuisOptiek Haaglanden komt langs voor een professionele oogmeting, passend advies en een ruim aanbod monturen en glazen - allemaal in uw vertrouwde omgeving.

Waarom kiezen voor ThuisOptiek Haaglanden?



Oogmeting aan huis



Vrijblijvend deskundig advies



**Groot aanbod
monturen en glazen**



**Geen voorrijkosten
en 2 jaar gratis onderhoud**



Afspraak maken?

Bel: 06-19361007

Website: www.optiekhaaglanden.nl

Mail: info@optiekhaaglanden.nl

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 / 06 - 27 39 36 69

Tom Koot

E | vertrouwenspersoon@roomburgh.nl

kootadvies@gmail.com

Contactpersoon thuiszorg

Wijkverpleegkundige Sam Venselaar

E | svenselaar@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 en donderdag

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

Eigen regie

ALLEEN
AUTONOOM
BEHEER
BESLISVAARDIG
EIGENHEID
EIGENMAGHTIG
KEUZE
KIEZEN
LEIDING
LIBERTAIR

MONDIG
MONOPOLIE
ONAFHANKELIJK
ONBELEMMERD
ONGEBONDEN
OPTIE
ORIGINEEL
PRIVILEGE
REGIE
SELECTIE

SOEVEREIN
SPEELRUIMTE
VARIATIE
VERSCHEIDENHEID
VOORKEUR
VRIJGEVOCHTEN
VRIJHEID
ZELFBESCHIKKING
ZELFREDZAAM
ZELFSTANDIG

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