

Bos- en Meerbrief

2^e editie 2023



Bos en Meerzicht
zorg met een gouden randje

Inhoudsopgave

- 3** Nieuws vanuit het zolderkamertje
'Rome werd ook niet in één dag gebouwd'
- 4** Personeels- en bewonersinformatie
- 5** In gesprek met dhr. H. van Vliet
- 6** Poëzie vanuit de huiskamer
'Maar ik ben nog fantastisch goed... zo op het oog.'
- 7** Activiteitsaanbod afgelopen maanden
- 8** De pen van Willemien Koopman
- 9** Huisarts M. Sijtema – van der Kooij
'met de ambitie ooit plattelandsdokter in Friesland te gaan worden'
- 10** Voorlopig geplande activiteiten
- 11** Puzzel

Steeds

*als de bloesems bloeien
en de zon naar me lacht
ben ik dankbaar
voor de lente
die licht en warmte bracht*

Steeds

*laten de bloesems weten
dat ik nooit moet opgeven
omdat zelfs
de donkerste tijd
uitmondt in nieuw leven*



Nieuws vanuit het zolderkamertje

Lieve mensen,

We proberen altijd om zo goed mogelijk aan te sluiten bij het leven, de belevingswereld en de wensen van onze bewoners. In dat licht kwamen we bij de bewonersraad erop uit dat het misschien een goed idee is om een scootmobiel te kopen voor algemeen gebruik, en zo geschiedde. Naast deze scootmobiel hebben we ook een duofiets, een Berlingo waar 3 personen en nog 1 persoon in een rolstoel mee vervoerd kunnen worden. Tevens hadden we nog op het lijstje een elektrische rolstoelfiets. Zoals het er nu voor staat, 'krijgen' we deze ook, in samenwerking met stichting de Zonnebloem. En dan het volgende: waar stallen we deze mooie vervoersproducten, ze moeten opgeladen worden en bewoners moeten er goed bij kunnen.

Dat maakte, dat ik vorige week Joop Altenburg heb benaderd. Joop en consorten hebben vorig jaar bij Bos- en Meerzicht de mooie KAS geplaatst inclusief leidingwerk, bestrating e.d. Over een week of 7 zijn we aan de beurt. Dan wordt er bij de vlaggenmast een stukje groen verwijderd en komt daar een hok (zelfde stijl als het fietsenhok) van ± 6x3 meter met aparte accuaansluitingen en een schuifdeur. Er komt een terras voor zodat we alles goed kunnen opbergen en het een gebruiksvriendelijke plek gaat worden.

Rome werd ook niet in één dag gebouwd en zo wachten wij geduldig af maar uiteindelijk komt alles weer mooi *te plak*.

Vorige week zijn op verschillende plekken in huis MOS wanden geplaatst, dit groen leeft en naast dat het mooi staat (nou ja... smaken verschillen natuurlijk) geeft het ook zuurstof af en is het onderhoudsvriendelijk. Naast de MOS wanden zijn er plantenbakken geplaatst. Ook u, als familie, vrienden en contactpersonen zijn van harte welkom om dit groen eens te komen bewonderen.

Achter in de tuin is inmiddels een pluktuin aangelegd door onze hoveniers van Friehof en we kijken uit naar de bloemenzee welke naar verwachting zal starten in juli/augustus. Friehof zal in deze ook het onderhoud doen net als dat ze periodiek bij ons komen te snoeien, zaaien en inplanten. Want wat hebben we een mooi stukje grond en tuin voor ons allen en ik kijk er al weer naar uit dat de parasols naar buiten kunnen en alles weer in bloei staat.

Ik wens u dan ook een fijn voorjaar,

tot ziens in Bos en Meerzicht,



Debby Nota,
Directeur /eigenaar



Personeelsinformatie

In dienst:
Team zorg: Roelie de Vries (leerling verzorgende IG)
Petra Dijkstra (stagiaire MBO-V 1^{ste} jaars)

Uit dienst:
Marjan van der Goot
Marrit Kuipers
Bram Bergsma
Esmee Hornstra

In dienst:
Team service: Janneke Boonstra, vakantiewerk
Marije Mous, oproepkracht
Puy Mueangsaen

Uit dienst:
Engeltje de Jong
Nienke Wietske Wierda

Geboortnieuws:
Op 23-03-23 zijn onze collega Naomi en haar vriend Theo trotse ouders geworden van een zoon genaamd: *Levi Bosma*.
Gefeliciteerd!



Bewonersinformatie

Nieuwe bewoner m.i.v. 28 april op app. 28:
Dhr. L.P.F. Nijman

Bloemenwinkeltje

Zoals een ieder bekend kwam Afke Leeuwenkamp wekelijks met een kar met bloemen bij Bos- en Meerzicht.

Helaas was dit door het natte weer de afgelopen tijd niet mogelijk.

Zij heeft een nieuw huis gekocht in Oudemirdum, waar een bloemenwinkeltje bij komt.

Daardoor is er besloten dat zij niet meer met de kar naar ons toe zal komen,

maar...

We kunnen haar daar natuurlijk wel gaan bezoeken!
Verdere informatie volgt t.z.t.





In gesprek met dhr. H. van Vliet

Vanuit Lemmer is dhr. H. van Vliet op 22 mei 2022 in Bos- en Meerzicht komen wonen.

Dhr. is op 16 november 1929 in Den Haag geboren en is opgegroeid in Leidschendam. Hij



heeft HTS Weg- en Waterbouwkunde gestudeerd. In 1954 is dhr getrouwd met Cis, die op 29 april 1985 is overleden. Samen kregen ze 5 kinderen. Een zoon is 8 juni 1983 omgekomen bij een auto ongeluk. Dhr. heeft inmiddels 8 kleinkinderen en 4 achterkleinkinderen.

Vanwege het werk woonde het gezin op een woonboot. Deze boot werd elke keer wat groter naarmate het gezin zich uitbreidde.

Na zijn studie is dhr. van Vliet eerst een jaar werkzaam geweest bij Rijkswaterstaat, daarna kwam hij bij Van Oord

in dienst en is hier tot aan zijn pensioen gebleven. Dit bedrijf hield zich o.a. bezig met het versterken/maken van de dijken, aanleggen van wegen, bruggen en viaducten.

Dhr. was net een maand bij Van Oord in dienst toen de watersnoodramp in Zeeland kwam en al na 1 week was dhr. in Zierikzee aanwezig om nieuwe dijken aan te leggen.

Dhr. van Vliet heeft 5 jaar gewerkt bij de aanleg van de Rijksweg 50 (thans A6) door het Tjeukemeer. Het was een hele klus. Er waren problemen met de zandwinning, omdat er veel leem zat, waardoor het zand niet goed door de zuiger wilde. Dit probeerden ze op te lossen door met dynamiet het leem kapot te maken, maar het gewenste resultaat bleef uit.

Uiteindelijk werd met een hogedrukspuit het leem uit elkaar gespoten voordat het opgezogen werd.

Dhr. van Vliet was een actief en sportief man, na het werk ging hij 's avonds fietsen of hardlopen. Na zijn pensionering is dhr. ook nog naar de sportschool gegaan en hield zo zijn conditie goed op peil.

Toen dhr. gestopt was met werken is hij gaan reizen en heeft veel landen bezocht bijv. Amerika, Tibet, Rusland, China, Noorwegen, meerdere Afrikaanse landen en Vietnam (en nog vele andere). Hij ging meestal in groepsverband en dan was er altijd wel een reisleader aanwezig die de taal sprak. Dhr. heeft gewandeld, aan wildwatervaren gedaan en bergen beklommen, naar Oostenrijk geweest om te langlaufen.

De mooiste reis was naar Finland, daar heeft meneer een sledehondentocht met Husky's gemaakt.

Verder had dhr. nog een heel bijzondere hobby: hij maakte van 'halfedelstenen' sieraden. Die stenen moeten eerst gezaagd en gepolijst worden om er daarna een hanger of een ring van te maken. Voor deze hobby heeft dhr. 2 cursussen edelsmeden gevolgd.



Poëzie vanuit de huiskamer



*Hulde aan het geduld van de handen
die tillen, strelen, voeren en verschonen.*

*Aan de voeten die rennen en draven
mee wandelen gaan zolang het nog kan.*

*Aan monden die praten, zingen, de wangen
kussen van hen die niet willen slapen.*

*Die niets meer kunnen wat vroeger
vanzelf sprak, wat zomaar gewoon was.*

Dhr. P Tiel Groenestege & Jeannette



Gedachten als je ouder wordt.

*Met mij is er totaal niets aan de hand,
Ik ben nog zo fit van lijf en verstand.
Wel wat artrose in mijn heup en knie,
Als ik me buk, is't net of ik sterretjes ziet.
Mijn pols is iets te snel, mijn bloeddruk wat te hoog,
Maar ik ben nog fantastisch goed..... zo op het oog.*

*Met de steunzolen, die ik heb gekregen,
loop ik weer langs 's Heren wegen.
Kom ik in de winkels en ook weer op het plein.
Wat heerlijk, zo gezond te mogen zijn.
Wel gebruik ik een tabletje om in slaap te komen
En om over vroeger te kunnen dromen,
Mijn geheugen is ook niet meer zo als 't was.
En ik ben vergeten, wat ik gisteren nog las.
Ook heb ik wat last van mijn ogen.
En mijn rug raakt meer en meer gebogen.
De adem is wat korter, mijn keel vaker droog.
U bent nog fantastisch goed..... zo op het oog.*

Mw. M. Boonstra



Activiteitsaanbod afgelopen maanden

En toen hadden we op 10 maart ineens sneeuw. Mevr. Dekker heeft samen met Corrie een sneeuwpop gemaakt en onze kanjers Roel en Jacob met de pony's.

Ook zien we de lentezon weer tevoorschijn komen en zijn de bewoners steeds vaker buiten te vinden.



Speurtocht rondom huis



Zingen & muziek



Beauty- en verwen middag



De pen is in deze uitgave voor: Willemien Koopman

Mijn lieve collega Anneke gaf 'de pen' aan mij door om iets over mijzelf te vertellen.



Ik ben Willemien Koopman. Geboren in 1970 in het mooie Oudemirdum, U allen bekend. In 1995 ben ik naar Molkwerum verhuisd om vervolgens in 1999 te trouwen met mijn man, Freerk de Koe. Samen hebben we 2 zoons. Melvin is 22 jaar oud en doet de studie Technische Bedrijfskunde aan het NHL Stenden in Leeuwarden. Christian is bijna 18 jaar oud en doet de MBO opleiding Software Developer op de Friese Poort te Sneek.

Na bijna 20 jaar bij de Rabobank gewerkt te hebben in diverse functies zoals administratief medewerkster, adviseur bedrijvenbalie, adviseur particulieren, directiesecretaresse, kassier, kantoor beheerster, Call Service medewerker etc. heb ik ongeveer 10 jaar thuis gewerkt als huisvrouw, boerin, mantelzorger en bouwvakker. We hebben namelijk onze oude boerderij een bijna complete make-over gegeven. Om dit te kunnen doen hebben we heel veel zelf gedaan en het is goed geslaagd en ik ben super trots op het resultaat.



Ik ben vanaf juni 2019 werkzaam in het Serviceteam van Bos- en Meerzicht dus de meesten zullen mij nu wel kennen. In juli 2021 hebben wij onze koeien verkocht. Mijn man had geen opvolgers en last van slijtage. We zijn nu beiden buitenshuis aan het werk en Freerk doet thuis de jongvee opfok van de Maatschap waar hij nog deel van uitmaakt. Naast mijn werk ben ik mantelzorger voor mijn moeder en heb ik thuis genoeg te doen. Ik hou erg veel van dieren, planten en alles wat maar met de natuur te maken heeft.

Dit was een klein stukje over mijn leven.



Ik geef deze keer 'de pen' door aan Rilana Baas

Succes!



Huisarts M. Sijtema-van der Kooij

Beste bewoners van Bos- en Meerzicht,

Al enkele jaren kom ik als huisarts met regelmaat in Bos- en Meerzicht. Sinds 2007 ben ik huisarts in Koudum en sinds 2016 kwam Wijckel daarbij. Samen met mijn collega Hylke Bakker en sinds kort ook met Grietje Lyklema run ik de praktijk.

Ik ben 46 jaar oud en geboren in Smallebrugge, een klein dorpje tussen Heeg en Woudsend. De lagere school deed ik in Woudsend en mijn middelbare school in Sneek. Mijn ouders hadden een melkveehouderij bedrijf, wat nu door mijn broer en schoonzus gerund wordt. Na de mavo, havo en uiteindelijk het vwo ben ik geneeskunde gaan studeren, met de ambitie ooit plattelandsdokter in Friesland te gaan worden.

Voor de geneeskunde opleiding moest je loten en mijn lot was ongelukkig, uiteindelijk ben ik vijf keer uitgeloot. In die tijd ben ik geneeskunde gaan studeren in Brussel en na vijf jaar kon ik instromen in de opleiding in Amsterdam, waar ik de opleiding heb afgerond en uiteindelijk ook de huisartsenopleiding heb gevolgd. Ik ben de Belgen zeer dankbaar dat ze mij de kans hebben gegeven mijn droom waar te maken! Het was ook een mooie ervaring en goed voor mijn persoonlijke ontwikkeling om een periode in een andere cultuur te leven. Na het afronden van de huisartsen opleiding ben ik direct in Koudum aan de slag gegaan en na drie jaar dienstverband mocht ik praktijkhouder worden.

Het mooie aan het vak vind ik dat we dichtbij de mensen kunnen staan, in een klein team werken en zelf iets kunnen opbouwen en ontwikkelen. De zorg voor oudere patiënten heeft mijn speciale interesse, dit komt denk ik door mijn lieve oma die 103 jaar geworden is en waarbij zij in de laatste jaren toenemend zorgbehoefstig werd. Ik heb toen ervaren hoe belangrijk het is om voor kwetsbare ouderen de zorg op een goede en prettige manier te regelen. Twee jaar geleden heb ik mede daarom de kaderopleiding geïntegreerde eerstelijns ouderenzorg gedaan. In deze opleiding krijg je als huisarts een verdieping over je kennis van de zorg voor ouderen en raak je meer betrokken bij het op andere manieren organiseren van ouderenzorg. Momenteel doe ik mee aan de overleggen tussen de Friese huisartsen over de ontwikkelingen van de ouderenzorg in Friesland als afgevaardigde namens regio zuidwest Friesland.



Naast mijn werk ben ik moeder van drie hele lieve kinderen, Jelle van 13, Debora van 11 en Emily van 7 en getrouwd met Frank. Frank is werkzaam bij de marine in Den Helder, als zee officier. De afgelopen jaren had hij gelukkig vooral een functie aan de wal, maar dat kan elke drie jaar veranderen.


Wij wonen met veel plezier sinds 2007 in Parrega, een klein dorpje tussen Workum en Bolsward.

Naast werk en gezin ben ik graag buiten, wandelen, fietsen of een rondje hardlopen, daar geniet ik van! En om fit en gezond te blijven doe ik sinds kort aan krachttraining, daar krijg ik energie van.

Nu weten jullie een beetje wie ik ben, tot ziens!

Groetjes,
Margriet Sijtema-van der Kooij

Voorlopig geplande activiteiten mei-juni

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
1 mei Winkeltje	2 mei Gym	3 mei	4 mei Kapper	5 mei	6 mei	7 mei Zingen, hapje & drankje
8 mei Winkeltje Sjoelen	9 mei Gym	10 mei	11 mei Kapper Bakken/koken	12 mei Optreden 'Alto kwartet'	13 mei	14 mei
15 mei Winkeltje Kleuren	16 mei Gym	17 mei	18 mei Quiz 	19 mei Zingen & muziek	20 mei	21 mei Zingen, hapje & drankje
22 mei Winkeltje Nagelverzorging	23 mei Gym	24 mei	25 mei Kapper High Tea	26 mei Optreden 'Grietje Sprot'	27 mei	28 mei 
29 mei	30 mei Gym	31 mei	1 juni Kapper Schilderen	2 juni Optreden 'Bruno'	3 juni	4 juni Zingen, hapje & drankje
5 juni Winkeltje	6 juni Gym	7 juni	8 juni Kapper Bakken/koken	9 juni De slimste mens	10 juni	11 juni
12 juni Winkeltje	13 juni Gym	14 juni	15 juni Kapper	16 juni Mw. Glasbergen 100 jaar! Gipsy duo	17 juni	18 juni Zingen, hapje & drankje
19 juni Winkeltje	20 juni Gym	21 juni	22 juni	23 juni Optreden 'Adri de Boer'	24 juni	25 juni
26 juni Winkeltje	27 juni Gym	28 juni	29 juni Kapper	30 juni Zingen & muziek	31 juni	1 juli Zingen, hapje & drankje

Alle activiteiten starten om 15:15 uur in de huiskamer. **Wees welkom!**

Puzzel



De winnares van de vorige editie was mevr. R. de Vries-Navis, gefeliciteerd!

*De bewoners kunnen de puzzel tot 10 mei 2023 in de rode 'puzzelbus' in de hal bij de ingang gooien, waarna we op vrijdagmiddag 12 mei een winnaar trekken. **Succes!**

BLINDEN-SCHRIFT	HORIZON	BEVRACHTEN	IEL	RIJWIEL-ONDERDEEL
HANDWERK-GEREI	BIJWOORD	DICHTERBIJ	VAARTUIG	
			2	
SPAANSE VLOOT				AANZIEN VERLEENEN
VISSEN-ORGAAN		4		
		DEKKLEED		
	7	OVER		6
LESSEN			RONDHOUT	
VLOTHEID			HALT!	
			PERSOONLIJK VOORNAAM-WOORD	1
TIJDVAK				
	3		GELUIDS-WEERGAVE	5

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---



Colofon

Redactie: Jantsje Veenstra, Corrie Hiemstra & Jantine van der Goot


Eindredactie: Debby Nota

Drukkerij: Bureau voor secretariaatswerk Dieuwke Melchers

Nieuwe stukken voor de 3^e editie van 2023 kunnen aangeleverd worden voor 10 juni 2023 via:
secretariaat@bos-enmeerzicht.nl

Voor individuele activiteiten zijn wij ook op zoek naar vrijwilligers, denk hierbij aan schilderen, wandelen, autoritje of fietsen op de duofiets met een bewoner. De individuele activiteiten worden aangepast aan de wens van de bewoner. Lijkt het u leuk om als vrijwilliger te werken bij Bos- en Meerzicht? Dan kunt u mailen naar: secretariaat@bos-enmeerzicht.nl

www.bosenmeerzicht.nl

 [Bos-enmeerzicht Nota](https://www.facebook.com/Bos-enmeerzicht-Nota)

