

Quarantaine

Overal zijn mensen zich vrijer gaan bewegen. Je ziet het in de winkelstraten. De terrassen zitten vol. Sommige familieleden en vrienden durven zomaar op vakantie naar het buitenland. Maar corona spookt nog steeds en we schrikken op het moment dat er weer een besmetting is. Ineens is corona dan nog steeds een realiteit waar we ons niet aan kunnen onttrekken.

We hebben er geen invloed op hoe het leven zich aan ons presenteert. We kunnen ons er slechts mee uiteen zetten, ons toe verhouden. Dus dan toch weer de maatregelen aanscherpen, uit zorg voor elkaar. Voor de bewoners die nu voor de derde keer huisarrest hebben, begint het wachten weer. Wachten op de verzorgende die je uit bed komt halen, wachten op het eten, wachten op het telefoontje. Het zijn de kleine momenten van contact waar vaak naar uitgekeken wordt. Het is wachten met een perspectief op grotere bewegingsvrijheid.

Wachten is een periode van eb. We hebben eb. Daarna komt altijd weer vloed. In de hoop u wat te kunnen troosten citeer ik hier een gedicht van Vasalis, Eb genaamd.



Eb

Ik trek mij terug en wacht.
Dit is de tijd die niet verloren gaat:
iedere minuut zet zich in toekomst om.
Ik ben een oceaan van wachten,
waterdun omhuld door 't ogenblik.
Zuigend eb van het gemoed,
dat de minuten trekt en dat de vloed
diep in zijn duisternis bereidt.
Er is geen tijd. Of is er niets dan tijd?

M. Vasalis Uit: Vergezichten en gezichten (1954)

Groet,
José Krijnen
geestelijk verzorger

Nieuwe activiteit - Jeu de boulesclub

Op het terrein van Park Zuiderhout ligt een bescheiden jeu de boulesbaantje. Hier kunt u natuurlijk altijd gebruik van maken. Bij de gastvrouwen kunt u een speelset ophalen.

Club

Vanaf augustus is vrijwilliger Charel twee keer per maand aanwezig om u, waar nodig, te helpen en het spel te begeleiden. Lijkt u het leuk om bij goed weer een balletje te gooien? Meldt u zich dan aan voor de jeu de boulesclub bij Zuiderhout Buiten op het telefoonnummer 4185 of via het serviceteam op het telefoonnummer 4000. In het vorige bulletin stond vermeld dat de club op de oneven weken start. Dit hebben we omgezet naar de even weken. We starten in augustus op de even weken: de eerste bijeenkomst is op maandag 17 augustus.



Blijf scherp

Nu weer veel activiteiten opgestart zijn, blijft het ontzettend belangrijk om scherp te blijven op de voorzorgsmaatregelen die we moeten treffen:

- Ontsmet handen voor en na de activiteit;
- Hoest en nies in de binnenkant van de elleboog;
- Gebruik papieren zakdoekjes en gooi deze steeds weg;
- Schud geen handen;
- Blijf thuis bij verkoudheidsklachten;
- Houd een minimale afstand van 1,5 meter aan.

Dank voor uw medewerking, in het belang van uw eigen gezondheid en die van andere bewoners, medewerkers en vrijwilligers!

Grand café 't Bruine Paard weer open

Vanaf maandag 3 augustus gaat het grand café weer open!

U bent u iedere middag tussen 14.30 en 17.30 uur van harte welkom voor een drankje.

We nemen ook hier voorzorgsmaatregelen voor een goede hygiëne en afstand tot elkaar.

Voorlopig blijft het grand café op donderdagavond gesloten.



Stoelen Atrium in een nieuw jasje

Heeft u het al gezien? De stoelen in het Atrium zijn opnieuw bekleed.

De stoelen waren toe aan een opfrisbeurt. Met een nieuw groen stofje kunnen ze er weer jaren tegen!

Geen Mariaviering op 15 augustus

Helaas moeten we de jaarlijkse Mariaviering op 15 augustus afgelasten vanwege veiligheidsoverwegingen in relatie tot de coronamaatregelen.

José Krijnen
geestelijk verzorger

Het tijdelijk niet kunnen deelnemen aan activiteiten door huurders van Bouverij, De Gouw en Sparrendaal

Veel huurders waren gewend om samen met bewoners van Park Zuiderhout deel te nemen aan een activiteit binnenshuis. In de coronaperiode kunnen we dit jammer genoeg niet langer toestaan. Tot nader bericht zijn onze binnenactiviteiten enkel en alleen toegankelijk voor intramurale bewoners en huurders van gebouw B van Park Zuiderhout. Deze maatregel geldt om ieders veiligheid zo goed mogelijk te kunnen bewaken. Daarvoor is het belangrijk om het aantal contacten te beperken. Huurders van Bouverij, De Gouw en Sparrendaal zien wij in dit verband als bezoekers van Park Zuiderhout. Op dit moment ontvangen we nog geen enkel bezoek in openbare ruimten in huis.

We begrijpen dat het voor u een strenge maatregel is dat u tijdelijk niet mag deelnemen aan de activiteiten binnenshuis.

De adviseurs Zuiderhout Buiten doen er hun best voor om voor u als huurders alternatieven te zoeken zodat u ook nog steeds op een veilige manier actief bezig kunt blijven, zonder uzelf en de intramurale bewoners van Zuiderhout in gevaar te brengen.

U bent wel altijd welkom bij activiteiten buitenshuis, in de tuin, op voorwaarde dat u de anderhalve meter afstand goed in acht weet te houden.

We hopen dat we mogen rekenen op uw begrip en ook hopen we dat we met z'n allen een periode tegemoet gaan met minder strenge regels.

Hartelijke groeten vanuit het regieteam van Park Zuiderhout

De Zomertuin

We hebben de afgelopen maanden gretig gebruikge maakt van onze mooie tuin. Zuiderhove staat er op het moment ook prachtig bij. Met name de pluktuin is een zee van bloemen. Om de zomer extra glans te geven na een moeilijke periode organiseren we komende weken extra activiteiten in de tuin onder de noemer de Zomertuin. We nodigen muzikanten uit en zorgen voor andere verrassingen in de tuin.

Wij duimen voor aanhoudend mooi weer en vragen uw hulp om elkaar op een veilige manier te ontmoeten in de tuin. Zo maken we van de Zomertuin een groot succes! Houd het Park Bulletin én Park TV in de gaten voor het actuele programma.

Het programma voor zaterdag 8 augustus is al bekend: op zaterdag 8 augustus treden Adri Baan en co om 14.30 uur op.

Vier de zomer!



Week 32

Maandag 3 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

10.45 - 11.45 uur

Geen yoga i.v.m. vakantie

14.00 - 15.30 uur

De KleiTAFEL en de handwerkclub

in De Bieënkorf

Dinsdag 4 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

10.00 - 11.00 uur

Denk je fit (Munnikhof)

in De Bieënkorf

11.00 - 11.30 uur

Top Fit Club I o.l.v. MyFysio in De Bieënkorf

13.30 - 16.00 uur

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

15.00 - 16.00 uur

Muzieksomermiddag

in De Bieënkorf of buiten

Woensdag 5 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

11.00 - 12.00 uur

Tuinclub Zuiderhove

11.00 - 12.00 uur

Top Fit Club II o.l.v. Jolanda Bos

in De Bieënkorf

14.30 - 16.00 uur

Vitamine voor de ziel

in De Bieënkorf

19.00 - 22.00 uur

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

Donderdag 6 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

Vrijdag 7 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

10.45 - 11.45 uur

(Stoel) Yoga o.l.v. Denise van Breugel

in De Bieënkorf

14.30 - 16.00 uur

Spelenmiddag Samenspel

in De Bieënkorf

Zaterdag 8 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in De Bieënkorf

14.30 - 16.00 uur

Zomertuinoptreden Adri Baan

Zuiderhove

16.00 uur

Gebedsviering

in de kapel

U kunt deze volgen via de kapelzender op uw tv onder kanaal 992.

Zondag 9 augustus

10.00 uur

Eucharistieviering

19e zondag door het jaar

Voorganger: pater Kees Brouwer CICM

in de kapel

10.30 - 11.30 uur

Koffie-uurtje

in De Bieënkorf

Week 33

Maandag 10 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

10.45 - 11.45 uur

(Stoel) Yoga o.l.v. Denise van Breugel

in De Bieënkorf

14.00 - 15.30 uur

De KleiTAFEL, schilderclub en handwerkclub

in De Bieënkorf

Dinsdag 11 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

10.00 - 11.00 uur

Denk je fit (Munnikhof/Groepswonen)

in De Bieënkorf

11.00 - 11.30 uur

Top Fit Club I o.l.v. MyFysio

in De Bieënkorf

13.30 - 16.30 uur

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

15.00 - 16.00 uur

Muziekzomermiddag

in Zuiderhove of in De Bieënkorf

Woensdag 12 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

11.00 - 12.00 uur

Tuinclub Zuiderhove

11.00 - 12.00 uur

Top Fit Club II o.l.v. Jolanda Bos

in De Bieënkorf

19.00 - 22.00 uur

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

Donderdag 13 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

Vrijdag 14 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

10.45 - 11.45 uur

(Stoel) Yoga o.l.v. Denise van Breugel

in De Bieënkorf

14.30 - 16.00 uur

Spelenmiddag Samenspel in De Bieënkorf

Zaterdag 15 augustus

10.00 uur

Viering t.g.v. Maria Tenhemelopneming

Pater Ad van Dijk CICM

in de kapel

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in De Bieënkorf

14.30 - 16.00 uur

ZneriK Nostalgie muzikaal entertainment

In de binnentuin Zuiderhoeve

16.00 uur

Gebedsviering in de kapel

U kunt deze volgen via de kapelzender

op uw tv onder kanaal 992.

Zondag 16 augustus

10.00 uur

Eucharistieviering 20e zondag door het jaar

Voorganger: pater Adriaan Bontje SCJ

in de kapel

10.30 - 11.30 uur

Koffie-uurtje in De Bieënkorf

Week 34

Maandag 17 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

10.45 - 11.45 uur

(Stoel) Yoga o.l.v. Denise van Breugel

in De Bieënkorf

14.30 - 16.00 uur

Jeu de Boulesclub

Blijje ballen baan Park Zuiderhout

14.00 - 16.00 uur

De KleiTAFEL en handwerkclub

in De Bieënkorf

Dinsdag 18 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

10.45 - 11.45 uur

Denk je fit (Munnikhof/Groepswonen) in De Bieënkorf

11.00 - 11.30 uur

Top Fit Club I o.l.v. MyFysio in De Bieënkorf

13.30 - 16.30 uur

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

15.00 - 16.00 uur

Muzieksomermiddag

in Zuiderhove of in De Bieënkorf

Woensdag 19 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

11.00 - 12.00 uur

Tuinclub Zuiderhove

11.00 - 12.00 uur

Top Fit Club II o.l.v. Jolanda Bos in De Bieënkorf

19.00 - 22.00 uur

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

Donderdag 20 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

Vrijdag 21 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in het Atrium, Grand Café en op afdeling 1 & 2

10.45 - 11.45 uur

(Stoel) Yoga o.l.v. Denise van Breugel

in De Bieënkorf

14.30 - 16.00 uur

Spelenmiddag Samenspel

in De Bieënkorf

Zaterdag 22 augustus

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje

in De Bieënkorf

16.00 uur

Gebedsviering

in de kapel

U kunt deze volgen via de kapelzender op uw tv onder kanaal 992.

Zondag 23 augustus

10.00 uur

Eucharistieviering 21e zondag door het jaar

Voorganger: pater Koos de Rooij SVD

in de kapel

10.30 - 11.30 uur

Koffie-uurtje

in De Bieënkorf

Bericht uit Zuiderhove

In het vorige Park Bulletin vertelden wij u al enthousiast over de boontjes en de courgettes die volop te verkrijgen zijn in de moestuin. We hebben de boontjes zelf al een keer op de proef gesteld en ze zijn, zoals het tuinteam al beloofde, héérlijk!

Ook de snackkomkommer en de cherrytomaten zijn klaar voor de oogst. Daarnaast heeft Peter voor de eerste keer watermeloen gezaaid, er hangen al hele kleine meloentjes in de plant en hij hoopt ze in september te kunnen oogsten. We zijn benieuwd!



Recept

Met de verse groentes uit de moestuin kunt u heerlijke recepten maken. Deze keer zetten we de snackkomkommer en de cherrytomaat in de spotlight.

Tomatensalade met komkommer en feta

15 minuten - 4 personen - bijgerecht

Ingrediënten

3 snackkommers uit de moestuin
250 gram cherrytomaten uit de moestuin
1 rode ui
handje verse basilicum
2 eetlepels rodewijnazijn of tomaat-basilicumazijn
75 gram feta
zout en peper

Bereiding

Snijd de komkommer in blokjes en halveer de tomaatjes. Snijd de rode ui in halve ringen en de basilicum grof. Meng in een kom de komkommer met tomaatjes, rode ui en basilicum. Breng op smaak met zout en peper en roer de azijn erdoor. Maak de snelle salade af met verkruimelde feta.

Smakelijk!





Aangepaste (openings)tijden

Toko - tel. 4128

Iedere dag: 10.30 - 12.00 uur

Grand Café 't Bruine Paard - tel. 4124

Iedere dag: 14:30 - 17:30 uur

Receptie - tel. 4333

Maandag t/m vrijdag: 8.30 - 17.00 uur

Serviceteam - tel. 4000

Maandag t/m vrijdag 8.00 - 17.00 uur

Kapper - tel. 4178

Dinsdag en donderdag op afspraak

Dagelijks koffiedrinken

- Maandag t/m vrijdag: 10.00 - 11.00 uur in het Atrium, grand café en op afdeling 1 & 2

- Zaterdag: 10.00 - 11.00 uur in de Bieënkorf

- Zondag: 10.30 - 11.30 uur in de Bieënkorf

Om drukte te voorkomen vragen we medewerkers, familieleden en huurders om (nog) niet aan te sluiten.

U bent welkom in de kapel

De kapel van Park Zuiderhout is een ruimte voor gebed, vieringen, bezinning en stilte.

Elke dag om 10.00 uur is er een eucharistieviering.

Ook buiten de vieringen bent u welkom in de kapel om de stilte op te zoeken.