

## LENTELUST

Joepiejee, het wordt weer lente!  
juichen de bolletjes in de grond.  
Ze zouden dansen in het rond,  
mits ze niet geworteld stonden  
in de border langs het pad.

Dan haalden ze hun mooiste outfit  
weer tevoorschijn uit de kast.  
Wat perfect bij het voorjaar past  
hebben ze reeds kunnen lezen  
in het botanisch modeblad.

Ze plannen dan een vrolijk feestje,  
zij het onder voorbehoud.  
Want het is nog veel te koud  
om de kopjes op te steken  
vanuit hun knusse habitat.

Ofschoon een rusteloze narcis  
het een keer heeft geporbeerd,  
hevig rillend heeft geleerd,  
dat geduld een schone zaak is,  
en daarbij lelijk kou gevat.

Nu staat heel die overvloed  
weer te stralen in het gras  
en vertoont er zich en masse  
als een vriendelijke schakel:  
zo'n gele berm van stad naar stad.

*Lily van Aart*

## Aankondiging Koningsspelen

Op vrijdagmiddag 24 april is het tijd voor een gezellige en actieve middag tijdens onze Koningsspelen! Van 14.00 tot 17.00 uur bent u van harte welkom om mee te doen.

Bij mooi weer zetten we een leuk parcours uit in de tuin. Mocht het weer tegenzitten, dan verplaatsen we de activiteiten naar de Bieënkorf.

Bij binnenkomst ontvangt u een stempelkaart met daarop verschillende oud-Hollandse spellen. Denk aan klassiekers zoals kus de koning, koekhappen, spijkerpoepen en hoepelen. Dat belooft een middag vol plezier en lachen te worden!

Heeft u alle spellen gedaan en uw stempelkaart vol? Lever deze dan in bij de bar en ontvang een leuke prijs. Daarna kunt u nog gezellig blijven hangen en genieten van een hapje, een drankje en muziek in de tuin.

We hopen u te zien op deze feestelijke middag!



## Zonnebloemmiddag

**Donderdag 16 april nodigen wij u uit voor een optreden van "Klaarwakker".**

Een veelzijdig 11- mans orkest dat al meer dan tientallen jaren garant staat voor muzikaal plezier. Wat begon als blaasorkest "De Flanelen" groeide in 2016 uit tot een moderne band met slag- en basgitaar en toetsen met een unieke mix van pop, jazz, ballads en Nederlandstalige hits.

Om half 2 gaan de deuren van De Bieënkorf open en kunt u bij binnenkomst € 7.50 p.p. voldoen. Om 2 uur wordt de middag geopend. Natuurlijk wordt u ook getrakteerd op koffie met wat lekkers en een drankje in de pauze.

Wij hebben er heel veel zin in, hopelijk u ook.

**Donderdag 16 april  
14.00 – 16.00 uur  
De Bieënkorf  
Entree: €7,50**

### Park Bulletin per e-mail

Wilt u - of willen uw naasten - elke twee weken per e-mail geïnformeerd worden over de activiteiten en wetenswaardigheden van Park Zuiderhout? Laat het ons dan weten; we sturen met plezier het Park Bulletin digitaal toe.

**U kunt per e-mail aanmelden via [contact@parkzuiderhout.nl](mailto:contact@parkzuiderhout.nl) onder vermelding van 'verzendlijst Park Bulletin'. Wilt u daarbij aangeven wat uw relatie tot Park Zuiderhout is?**

## Een bijzondere muziekmiddag

**Muziektheater Flesjbek brengt vrolijke voorstellingen vol zang, beweging, kostuumwisselingen en sfeervolle decors.**

Een bruisende middag waarin we laten zien wat muziektheater voor ons betekent. Verwacht energie, dans/beweging, spel, lef en natuurlijk lekker veel muziek.

Wat wordt dat weer leuk in de Bieënkorf op woensdagmiddag 15 april! Muziek maken, zingen en dansen....daar worden mensen blij van! En wij ook! Wat is het toch een heerlijk gevoel als je als muziektheater een muzikale sfeer mag scheppen voor verbinding en blijdschap.

Iedereen van harte welkom!

**Woensdag 15 april  
14.30 - 15.30 uur  
in De Bieënkorf**



## Levenskunst.

Op maandag 20 april staat er weer een Levenskunstavond in De Bieënkorf op de agenda. Dit keer gaat het over de wondere werled van de traan door Ad Vingerhoets.

Huilen is voor de meesten van ons een vertrouwd gedrag. Juist daarom is het des te verrassender dat veel van wat we daarover denken te weten, niet klopt. Ook in de vakliteratuur doen nog veel misverstanden de ronde.

Dankzij onderzoek begrijpen we steeds beter waarom mensen huilen. Daarbij worden terloops vele vooroordelen en misverstanden aan de kaak gesteld. Huilen alleen mensen met tranen — of niet? En als dat zo is, waarom eigenlijk? Waar komen die tranen vandaan, en wat zegt dat over de aard van de mens? Wat gebeurt er precies als we gaan huilen? Wat is wetenschappelijk bewezen, en wat kan worden afgedaan als misverstand of verzinzel?

In deze lezing staat het huilen van volwassenen centraal, en hoe dit zich ontwikkelt met het ouder worden. Zeg me waarom je huilt, en ik zal zeggen wie je bent! Na afloop hoort Ad Vingerhoets vaak reacties als: “Goh, ik had niet kunnen bedenken dat er over huilen zoveel verrassende en interessante zaken zijn te vertellen.”

### Maandag 20 april

19.30 uur (inloop vanaf 19.15 uur)

€5,- per persoon, incl. koffie of thee

De Bieënkorf

## Herdenkingsbijeenkomst overleden bewoners

Op dinsdagavond 21 april vindt om 19.30 uur in de kapel van Park Zuiderhout een herdenkingsbijeenkomst plaats voor bewoners die overleden zijn in de periode augustus 2025 tot en met februari 2026.

De namen van de overledenen worden genoemd, er worden teksten gesproken en er is live muziek.

Naasten van de overledenen worden rechtstreeks uitgenodigd.

Als bewoner en/of medewerker van Park Zuiderhout bent u ook uitgenodigd om de bijeenkomst bij te wonen. Na de bijeenkomst is er een samenzijn met koffie of thee in de Bieënkorf.

Ter inzage ligt bij de receptie/gastvrouwen een lijst met de namen van de overledenen die herdacht worden.

Voor vragen: [geestelijkeverzorging@parkzuiderhout.nl](mailto:geestelijkeverzorging@parkzuiderhout.nl)

### U bent welkom in de kapel

De kapel van Park Zuiderhout is een ruimte voor gebed, vieringen, bezinning en stilte. Elke dag (m.u.v. zaterdag) is er om 16.15 uur een eucharistieviering. Op zaterdagmiddag om 16.00 uur bent u welkom voor de Prelude. U kunt alle vieringen ook thuis volgen op de kapelzender van Park TV (kanaal 992).

# Week 16

## Maandag 13 april

**10.00 - 11.00 uur**

Koffie-uurtje in de Bieënkorf

**10.00 - 10.45 uur**

Bezoek kinderen Partou in De Bieënkorf

**11.00 - 12.00 uur**

Koor in kleur in De Bieënkorf

**14.00 - 16.00 uur**

Handwerkclub in het Atrium

**14.00 - 16.00 uur**

Inloopatelier + schilderclub in De Bieënkorf

## Dinsdag 14 april

**10.00 - 11.30 uur**

Koffie-uurtje in het Atrium

**10.00 - 10.45 en 11.00 - 11.45 uur**

Fun en fit o.l.v. Judith

in De Bieënkorf

**12.30 - 13.45 uur (inloop vanaf 12.15 uur)**

Snackuurtje (Broodje gezond)

in het Grand - Café

**13.30 - 16.30 uur**

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

## Woensdag 15 april

**10.00 - 11.00 uur**

Koffie-uurtje in het Atrium

**10.00 - 11.00 en 11.00 - 12.00 uur**

Top fit o.l.v. Jolanda in De Bieënkorf

**10.30 - 11.15 uur**

Tuinclub groep 1

**11.15 - 12.00 uur**

Tuinclub groep 2

**14.30 - 16.00 uur**

Optreden Flesjbek

in De Bieënkorf

**19.00 - 22.00 uur**

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

## Donderdag 16 april

**10.00 - 11.00 uur**

Koffie-uurtje in het Atrium

**10.00 - 11.00 uur**

Parkinson boksen in De Bieënkorf

**14.00 - 16.00 uur**

Zonnebloemmiddag in De Bieënkorf

## Vrijdag 17 april

**10.00 - 11.00 uur**

Koffie-uurtje in het Atrium

**10.00 - 11.00 & 11.00 - 12.00 uur**

Time 2 move o.l.v. Corné in De Bieënkorf

**14.30 - 16.00 uur**

Spellenmiddag in het Atrium

## Zaterdag 18 april

**10.00 - 11.00 uur**

Koffie-uurtje in het Atrium

**16.00 uur (inloop vanaf 15.30 uur)**

Vorbereiding op de zondag in de kapel

## Zondag 19 april

**10.00 uur**

Eucharistieviering in de kapel

**10.30 - 11.30 uur**

Koffie-uurtje in De Bieënkorf

# Week 17

## Maandag 20 april

**10.00 - 11.00 uur**

Koffie-uurtje + braintrainer in het Atrium

**10.00 - 10.45 uur**

Bezoek kinderen Partou in De Bieënkorf

**11.00 - 12.00 uur**

Koor in kleur in De Bieënkorf

**14.00 - 16.00 uur**

Handwerkclub in het Atrium

**14.00 - 16.00 uur**

Inloopatelier + schilderclub in De Bieënkorf

**19.30 - 21.30 uur**

Levenskunst in De Bieënkorf

## Dinsdag 21 april

**10.00 - 11.00 uur** Koffie-uurtje

**10.00 - 11.00 en 11.00 - 12.00 uur**

Fun en Fit o.l.v. Judith in De Bieënkorf

**12.30 - 13.45 uur (inloop vanaf 12.15 uur)**

Snackmoment (Friet + snack) in het Café

**13.30 - 14.30 uur**

Sportclub huurders in De Bieënkorf

**13.30 - 16.30 uur**

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

**Woensdag 22 april 10.00 - 11.00 uur**

Koffie-uurtje in het Atrium

**10.00 - 11.00 en 11.00 - 12.00 uur**

Top fit o.l.v. Jolanda in De Bieënkorf

**10.30 - 11.15 uur en 11.15 - 12.00 uur**

Tuinclub groep 1 & 2

**14.30 - 15.30 uur**

Muziekmiddag met Conchita in De Bieënkorf

**19.00 - 22.00 uur**

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

## Donderdag 23 april

**10.00 - 11.00 uur**

Koffie-uurtje in het Atrium

**10.00 - 11.00 uur**

Parkinson boksen in De Bieënkorf

**14.00 - 16.00 uur**

Salonbibliotheek in De Bieënkorf

**14.00 - 16.00 uur**

Koersbal in het Atrium

## Vrijdag 24 april

**10.00 - 11.00 uur**

Koffie-uurtje in de Bieënkorf

**10.00 - 11.00 & 11.00 - 12.00 uur**

Time 2 move o.l.v. Corné in De Bieënkorf

**14.00 - 17.00 uur**

Koningsspelen in De Bieënkorf/tuin

## Zaterdag 25 april

**10.00 - 11.00 uur**

Koffie-uurtje in het Atrium

**16.00 uur (inloop vanaf 15.30 uur)**

Vorbereiding op de zondag in de kapel

## Zondag 26 april

**10.00 uur**

Eucharistieviering in de Kapel

**10.30 - 11.30 uur**

Koffie-uurtje in De Bieënkorf

## José, na 27 jaar, met pensioen

**Al bijna 27 jaar is José hier een vertrouwd gezicht, en de laatste 12 jaar vooral op haar centrale plek achter de receptie. Altijd met warmte, aandacht en oog voor detail.**

Eind april gaat ze met pensioen. Niet omdat het moet, maar omdat het mag: het is tijd om te gaan genieten. Al blijft het werk haar na al die jaren nog steeds plezier brengen.

### Begonnen in het Missiehuis

José weet haar allereerste werkdag nog precies. Ze begon in het Missiehuis, waar de paters volop verhalen deelden over hun leven op missie. “Die 27 jaar zijn voorbijgevlogen, als ik daarop terugkijk zeker. Ik ben zelden met tegenzin naar mijn werk gegaan.”

### De leukste plek van Zuiderhout

Na de huishouding werkte José op kantoor en bij het gastronomische team. Ze hielp mee aan de themadiners en de bekende snackmomenten. Maar haar favoriete plek vond ze uiteindelijk achter de receptie.

“Dit is de leukste baan van Zuiderhout. Je bent het gezicht, het aanspreekpunt voor bewoners, collega’s en naasten.”

Dagelijks zegt ze honderden keren goedemorgen, goedemiddag en hallo, en elke begroeting is oprecht. Nu draagt ze haar taken over aan Nikki.

### Betekenisvolle momenten

José weet van kleine momenten iets groots te maken. Zo regelde ze eens een vroege-voorgelontbijt voor bewoners: een warm initiatief dat uitgroeide tot spontane teambuilding tussen keuken, huishouding en kantoor.

“Net even dat beetje extra, het zit ’m in de kleine dingen. Een bosje bloemen aannemen voor een bewoner, een praatje, een grapje, dat maakt een dag bijzonder.”

### Met pensioen, maar niet uit beeld

José kijkt uit naar haar pensioen: wandelen, fietsen, reizen, genieten van het leven en meer tijd met haar dochters. Maar loslaten? Dat hoeft niet helemaal. Ze blijft graag betrokken bij het vieren van het leven voor bewoners op Park Zuiderhout: helpen bij themadiners of tijdens het jaarlijkse stranduitje.

Park Zuiderhout noemt ze een plek waar mensen centraal staan en waar collega’s er altijd voor elkaar zijn. Een plek die voelt als thuis.

De afscheidsreceptie voor José vindt plaats op **donderdag 30 april van 15.00 tot 17.00** uur in de Bieënkorf.



## De Salonbibliotheek

De Salonbibliotheek is een initiatief van Bibliotheek Breda en biedt een divers aanbod van lezingen en films op verschillende locaties in Breda en de directe omgeving, speciaal voor ouderen. De bijeenkomsten zijn voor iedereen toegankelijk en gratis te bezoeken.

### Holland: natuur in de Delta

De natuurdocumentaire "Holland, natuur in de Delta" brengt Nederland in beeld als nooit tevoren. Het is een ode aan onze wateren en de rijke natuur die zij onze delta brengen.

Verschillende dieren komen aan bod, waaronder de zeearend, haas, bever en stekelbaars. Het maken van deze prachtige film duurde ruim twee jaar en er werd gebruik gemaakt van de modernste filmtechnieken

**Donderdag 23 april**

**14.00 – 16.00 uur**

**De Bieënkorf**

## Berichtje van Inge

*Beste allemaal,*

*Nu ik een tijd uitgeschakeld ben door mijn hernia, ervaar ik zelf wat het betekent om afhankelijk te zijn van anderen. Hoe moeilijk het soms is om hulp te vragen. En hoe groot de behoefte blijft om dingen zelf te kunnen doen. Ze geven een mens zijn gevoel van eigenwaarde.*

*Wanneer je lichaam niet meer meewerkt zoals je gewend bent, kan dat veel frustratie geven. Het vraagt om geduld – geduld met een lichaam dat zijn eigen tempo kiest.*

*Voor mij is dit tijdelijk. Maar voor veel bewoners is dat anders. Voor hen is het leven met een lichaam dat niet meer zo snel wil, elke dag werkelijkheid.*

*Deze ervaring laat mij opnieuw beseffen dat het niet altijd gemakkelijk is om oud te worden. En hoe belangrijk het is dat wij als zorgverleners niet alleen helpen, maar ook ruimte laten voor wat iemand vooral nog zelf kan.*

*Hopelijk tot snel op Park zuiderhout!*

*Inge (muziekagoog Park Zuiderhout)*

