

Park Zuiderhout

PARK BULLETIN

9 november 2026

Verhuisbericht

De paters zijn verhuisd naar de tweede verdieping van het Missiehuis.

In de laatste week van oktober zijn alle paters, met hulp van een groep betrokken vrijwilligers, verhuisd naar hun nieuwe appartementen.

Op donderdag 29 oktober kwamen bewoners, paters, vrijwilligers en woonondersteuners van het Missiehuis samen voor een bijzondere viering onder leiding van pater Maas. Ondanks het wachten werd er met veel dankbaarheid teruggekeken op de verhuizing. De vele vrijwilligers die hierbij hebben geholpen, werden speciaal in het zonnetje gezet. Als blijk van waardering ontvingen zij een oorkonde van pater Maas én een speciaal Missiehuis blikje met koekjes van Park Zuiderhout.

Dankzij hun inzet, betrokkenheid en helpende handen verliep de verhuizing voorspoedig en kon iedereen zich snel thuis voelen op zijn nieuwe plek.



Gedicht

VANDAAG

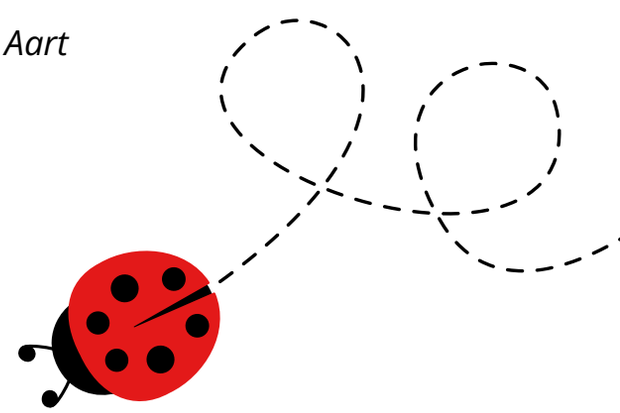
Van dat rode beestje met zwarte stippen
dat landde op mijn vinger,
daarvan wordt beweerd
dat het geluk brengen zou.
Je kijkt, als je blij bent,
vanzelf anders naar de wereld,
waardoor de wereld ook anders kijkt
naar jou.

Ik ga op pad om datgene te kopen
dat ik vanavond eten wou.

En mensen, die naderen op het fietspad,
glimlachen me vriendelijk toe,
omdat ze zien dat ik spontaan
hetzelfde in hun richting doe.
Een onverwachte regendruppel
deert me niet,
Ik heb een capuchon.
Want zie: de bewolking gaat al breken,
straks schijnt opnieuw de zon.

Weer thuis zie ik op de kast jouw foto.
En ook al leef je dan niet meer,
het was weer duidelijk te merken:
even was je er toch weer.

Lily van Aart



Park Zuiderhout

kunst&cultuur

Kijken door elkaars ogen

In november start op Park Zuiderhout het bijzondere fotoproject Kijken door elkaars ogen. Samen met Ad gaan bewoners foto's bekijken van de bekende Brabantse fotograaf Martien Coppens. Deze beelden vormen het vertrekpunt voor gesprekken, herinneringen en persoonlijke verhalen. Daarbij ontdekken we dat iedereen op een eigen manier naar dezelfde foto kijkt en er iets anders in herkent

Zelf aan de slag

Fotografie helpt ons om bewust stil te staan bij wat we zien en ervaren. Een foto laat niet alleen een moment zien, maar roeept ook gevoelens, herinneringen en verwondering op. Vanuit die gedachte gaan bewoners niet alleen samen kijken naar foto's, maar ook zelf aan de slag. Met geleende camera's krijgen zij de mogelijkheid om hun eigen omgeving vast te leggen en te laten zien wat voor hen betekenisvol is.

nieuwsgierigheid en beleving

Met Kijken door elkaars ogen willen we ruimte creëren voor ontmoeting vanuit nieuwsgierigheid en beleving. Niet de zorgvraag staat centraal, maar de persoonlijke blik van bewoners. Door samen te kijken, verhalen te delen en zelf foto's te maken, ontdekken we nieuwe kanten van elkaar en van het leven op Park Zuiderhout.

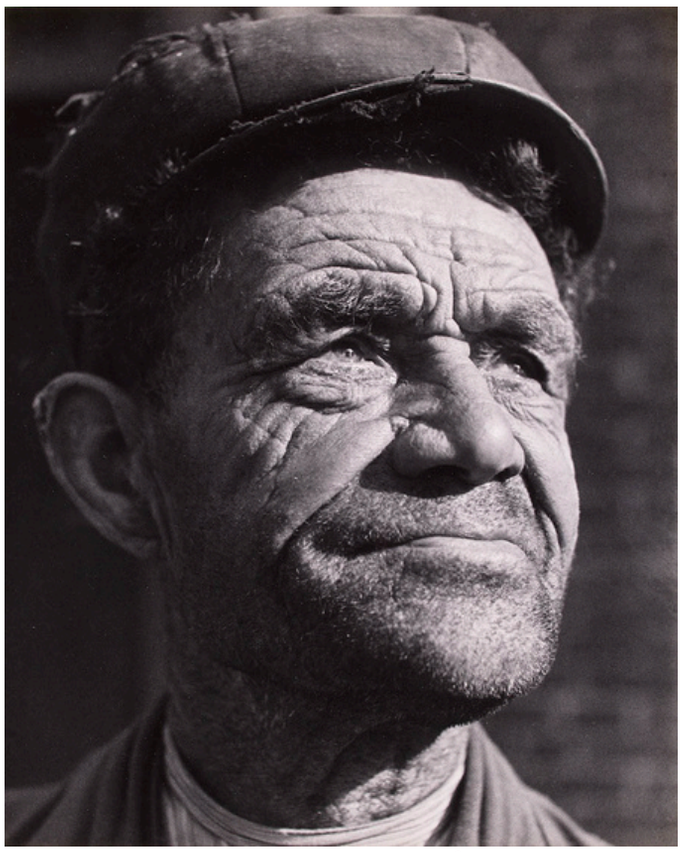


Foto: Martien Coppens

Deelnemen?

Het project komt in de loop van de komende maanden langs op alle verdiepingen. Bewoners kunnen op hun eigen verdieping deelnemen. Wilt u weten wanneer Kijken door elkaars ogen op uw verdieping plaatsvindt? Informeer dan bij de welzijnsmedewerker.

Hoe de foto's uiteindelijk worden gepresenteerd, is nog een avontuur op zich. Samen met de deelnemers onderzoeken we welke vorm van expositie het beste past bij de verhalen en beelden die ontstaan. Zo groeit dit project stap voor stap uit tot een gezamenlijke ontdekkingsreis, waarbij verbinding, eigen regie en betekenisvolle ontmoetingen centraal staan.

Park Zuiderhout

Algemene ouderenzalving

Op zaterdag 14 november om 15.00 uur vindt in de kapel van Park Zuiderhout de algemene ouderenzalving voor bewoners plaats.

Tijdens deze viering ontvangt u het sacrament van de zieken- en ouderenzalving. Met de zalving van voorhoofd en handen wordt gebeden om kracht, troost en bemoediging voor de weg die voor u ligt. Tevens wordt de verbondenheid met God en met de geloofsgemeenschap bevestigd.

Na afloop bent u van harte welkom voor een kop koffie of thee in De Bieënkorf, waar gelegenheid is om elkaar te ontmoeten en na te praten.

U kunt zonder aanmelding deelnemen. Ook uw naasten zijn van harte welkom.

Zaterdag 14 november 2026
15.00 uur in de kapel



Informatieavond

Palliatieve en terminale zorg

De laatste levensfase is vaak een ingrijpende periode, waarin vragen kunnen ontstaan over zorg, behandeling en persoonlijke wensen.

De avond wordt verzorgd door onze specialist ouderenzorg, verpleegkundig specialisten en geestelijke zorg en biedt informatie over zowel de medische als menselijke kant van de laatste levensfase.

Er is aandacht voor onder meer behandelbeleid, euthanasie, vrijwillig stoppen met eten en drinken, palliatieve sedatie, hospicezorg en het zorgpad in de stervensfase. Daarnaast staan we stil bij de levensvragen die de laatste levensfase kan oproepen en bij de betekenis van afscheid en afscheidsrituelen.

Deelname is gratis en aanmelden is niet nodig.

Dinsdag 24 november 2026
19.00 - 22.00 uur in de Bieënkorf

U bent welkom in de kapel

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

Iedere dag vindt om 16.15 uur een eucharistieviering plaats.Op zaterdag bent u om 16.15 uur van harte welkom bij de prelude, als voorbereiding op de zondagviering van 10.00 uur.

Alle vieringen zijn ook thuis te volgen via de kapelzender van Park TV (kanaal 992).

Park Zuiderhout

Week 46

Maandag 9 november
10.00 - 11.00 uur
Koffie-uurtje + braintrainer
in het Atrium
10.00 - 10.45 uur
Kinderen van Partou in de Bieënkorf
11.00 - 12.00 uur
Koor in Kleur in De Bieënkorf
14.00 - 16.00 uur
Inloopatelier / schilderclub
in De Bieënkorf
14.00 - 16.00 uur
Handwerkclub in het Atrium

Dinsdag 10 november
10.00 - 11.00 uur
koffie-uurtje Atrium
12.30 - 13.45 uur
Snackmoment: Broodje tonijn
in het Café
13.30 - 16.30 uur
Biljartclub in het Atrium

Woensdag 11 november
10.00 - 11.00 uur
Koffie-uurtje Atrium
14.00 - 16.00 uur
Muziekmiddag in carnavalssferen
met Van Toen
in de Bieënkorf
19.00 - 22.00 uur
Biljartclub in het Atrium

Donderdag 12 november
10.00 - 11.00 uur
Koffie-uurtje in het Atrium
11.00 - 12.00 uur
Parkinson boksen in De Bieënkorf
13.30 - 14.30 uur
Sportclub huurders in De Bieënkorf
14.00 -16.00 uur
Koersbal in het Atrium

Vrijdag 13 november
10.00 - 11.00 uur
Koffie-uurtje in het Atrium
10.00 - 10.45 uur
Fun&Fit met Judith in De Bieënkorf
11.00 - 11.45 uur
Fun&Fit met Judith in De Bieënkorf
14.30 - 15.30 uur
Zwanentranenkoor in De Bieënkorf

Zaterdag 14 november
10.00 - 11.00 uur
Koffie-uurtje in het Atrium
15.00 uur
Algemene ouderenzalving in de kapel
16.00 uur
Voorbereiding op de zondag
in de kapel

Zondag 15 november
10.00 uur
Eucharistieviering in de Kapel
10.30 - 11.30 uur
Koffie-uurtje in De Bieënkorf

Park Zuiderhout

Week 47

Maandag 16 november
10.00 - 11.00 uur
Koffie-uurtje + braintrainer
10.00 - 10.45 uur
Kinderen van Partou in de Bieënkorf
11.00 - 12.00 uur
Koor in Kleur in De Bieënkorf
14.00 - 16.00 uur
Inloopatelier in de Bieënkorf
14.00 - 16.00 uur
Handwerkclub in het Atrium

Dinsdag 17 november
10.00 - 11.00 uur
koffie-uurtje Atrium
10.00 - 10.45 uur
RGM in De Bieënkorf
12.30 - 13.45 uur
Snackmoment frietjes+snack
in het Café
13.30 - 16.30 uur
Biljartclub in het Atrium

Woensdag 18 november
10.00 - 11.00 uur
Koffie-uurtje Atrium
10.00 - 10.45 uur
Topfit met Jolanda en Annet
in De Bieënkorf
11.00 - 12.00 uur
Topfit met Jolanda en Annet
in De Bieënkorf
14.30 - 16.00 uur
Muziekmiddag met Dick en Susi
in de Bieënkorf
19.00 - 22.00 uur
Biljartclub in het Atrium

Donderdag 19 november
10.00 - 11.00 uur
Koffie-uurtje in het Atrium
11.00 - 12.00 uur
Bloemschikken groep 1 in het café
11.00 - 12.00 uur
Parkinson boksen in De Bieënkorf
13.30 - 14.30 uur
Sportclub huurders in het café
14.00 -16.00 uur
Zonnebloemmiddag in De Bieënkorf

Vrijdag 20 november
10.00 - 11.00 uur
Koffie-uurtje in het Atrium
10.00 - 10.45 uur
Fun&Fit met Judith in De Bieënkorf
11.00 - 11.45 uur
Fun&Fit met Judith in De Bieënkorf

Zaterdag 21 november
10.00 - 11.00 uur
Koffie-uurtje in het Atrium
16.00 uur
Voorbereiding op de zondag
in de kapel

Zondag 22 november
10.00 uur
Eucharistieviering in de Kapel
10.30 - 11.30 uur
Koffie-uurtje in De Bieënkorf

Park Zuiderhout

Artikel

De Parkinson Boksen: ontdekken wat nog wél kan

“Bewegen, bewegen, bewegen, dát typeert mij”. Judith werkt sinds januari bij Park Zuiderhout als bewegingsagoog, waarbij ze zich met veel enthousiasme inzet om bewoners in beweging te brengen. Een van de activiteiten is Parkinson Boksen. Deze training combineert beweging, cognitieve uitdagingen en sociale verbinding. Het resultaat? Bewoners die werken aan hun kracht en zelfvertrouwen, maar vooral zichtbaar genieten.

Meer dan bewegen alleen

Parkinson Boksen is een aangepaste vorm van boks training die speciaal is ontwikkeld voor mensen met Parkinson. “De trainingen zijn volledig non-contact. We sparren niet tegen elkaar, maar werken aan beweging, balans, conditie en reactievermogen”, legt Judith uit. Er wordt wekelijks getraind. Op donderdag sporten we samen met fysiotherapeuten van MyFysioYourGym en daarnaast is er nog training op de afdeling. “Soms is het echt een mannenclubje, even iets speciaal voor de heren.”

Tijdens de trainingen staan grote bewegingen, ritme en de samenwerking tussen lichaam en brein centraal. Het herhalen van bewegingen helpt deelnemers niet alleen fysiek sterker te worden, maar traint ook geheugen, concentratie en coördinatie. Stootcombinaties worden aangeduid met nummers, waardoor deelnemers tegelijkertijd hun geheugen en reactievermogen oefenen.



Plezier, groei en zelfvertrouwen

Volgens Judith zit de kracht van Parkinson Boksen in de combinatie van bewegen en denken. Door lichaam en hersenen voortdurend uit te dagen, worden deelnemers gestimuleerd om actief te blijven.

Iedere training wordt afgestemd op wat iemand nog kan. Of dat nu zittend, staand of met aangepaste oefeningen is: vrijwel iedereen kan meedoen, ongeacht leeftijd of conditie. Juist daardoor ervaren deelnemers meer vertrouwen in hun eigen mogelijkheden.

De effecten zijn vaak zichtbaar. Bewoners leven op tijdens het boksen en groeien zowel fysiek als mentaal. Daarnaast speelt plezier een belangrijke rol. Er wordt veel gelachen en samen beleven deelnemers mooie momenten. Die combinatie van beweging, succeservaringen en gezelligheid maakt de training bijzonder.

Kom eens kijken

Parkinson raakt niet alleen degene die ermee leeft, maar ook familie en vrienden. Juist daarom nodigt Judith naasten uit om eens een training bij te wonen. Dan zien zij met eigen ogen hoeveel energie, zelfvertrouwen en plezier de trainingen kunnen opleveren.

Park Zuiderhout

Elfde van d’n Elfde

Op de Elfde van d’n Elfde openen we officieel het carnavalsseizoen.

Natuurlijk laten we dat ook op **Park Zuiderleut** niet ongemerkt voorbijgaan!

Tijdens de muziekmiddag brengt het koor Van Toen een aantal echte carnavalskrakers ten gehore. Daarnaast maken we het nieuwe jaarthema bekend en doen we een oproep voor nieuwe leden van de Raad van Elf (?).

Woensdag 11 november
14.30 - 15.30 uur in De Bieënkorf

Optreden Zwanentranenkoor

Op vrijdag 13 november komt het Zwanentranenkoor uit Etten-Leur optreden.

Van smartlappen en tranentrekkers tot mooie Nederlandstalige en Engelstalige liedjes: bij dit koor staan samen zingen en plezier voorop.

Vrijdag 13 november
14.30 - 15.30 uur in De Bieënkorf
Toegang: gratis

Zonnebloemmiddag

Donderdag 19 november ben je van harte welkom voor de Zonnebloemmiddag.

Deze middag krijgt een extra feestelijk tintje, want we ontvangen een bijzondere gast: niemand minder dan Sinterklaas! Kom gezellig samen genieten van een sfeervolle middag

Donderdag 19 november
14.00 - 16.00 uur in De Bieënkorf
Toegang: € 7,50

DE ZONNE BLOEM

Oproepje
Klaverjassen

Voor een echtpaar zijn wij op zoek naar bewoners die het leuk vinden om samen een klaverjasclubje te vormen.

Heb je al ervaring met klaverjassen of lijkt het je leuk om het te leren? Neem dan contact op met Femke van Hemert of meld je aan via de gastvrouwen bij de receptie.