



PARK BULLETIN

16 februari 2026

Programma Carnaval 2026

Kom gezellig carnaval vieren op Park Zuiderleut! Hieronder het volledige programma:

Vrijdag 13 februari – Dweile naar benee! €5,-

Bieënbal | 10:00 – 13:11 uur

Deze vrijdag starten we officieel het feestje. Kom koffieleuten in de Bieënbal (Bieënkorf) en ben getuige van de officiële sleuteloverdracht om precies 11.11 uur. Daarna gaan we in een polonaise door het huis om vervolgens Prins Rob d'n 1ste en zijn gevolg te ontvangen, onder het genot van een worstenbroodje!

Zaterdag 14 februari – Boerenbruiloft €7,50

Bieënbal | 14:30 – 16:11 uur

Oh la la, Valentijnsdag valt in het carnavalsweekend... dat wordt een romantische mid-dag! Kom gezellig hossen en ga meej uw schatje op de foto.

Zondag 15 februari – Even op adem komen & de grootste optocht!

Zondag doen we het een beetje rustiger aan en raden we iedereen aan te genieten van de grootste carnavalsoptocht van Nederland: de Grote Optocht van Prinsenbeek (Boemeldonck)! Deze wordt vanaf 12:30 uur uitgezonden in het Atrium

Maandag 16 februari – Mini Park Zuiderleut Optocht

Bieënbal | 10:00 – 10:45 uur

Op maandag vieren we carnaval samen met de kinderen van Partou! Iedereen is welkom. Een klein maar bruisend feest voor jong en oud.

Dinsdag 17 februari – Live muziek van De Pierewaaiers

Bieënbal | 11:00 – 12:00 uur

Dinsdag komen De Pierewaaiers optreden!

Woensdag 18 februari - afsluiting

Askruisje halen in de kapel en haringhappen tijdens de muziekmiddag in de Bieënbal.



Parkinson Boksen

Vanaf 19 februari wordt er opnieuw Parkinson Boksen aangeboden op Park Zuiderhout.

Iedere donderdagochtend van 10.00 tot 11.00 uur kunnen ouderen met de ziekte van Parkinson deelnemen aan deze speciale bok-sles in de Bieënkorf.

De les wordt verzorgd door onze beweega-goog Judith en is gericht op het verbeteren van conditie, balans, coördinatie en zelfver-trouwen. Er wordt gebokst zonder fysiek contact en de oefeningen worden aangepast aan ieders mogelijkheden.



Speciaal voor huurders

Aan het begin van dit jaar hebben wij een overleg gehouden met een aantal huurders. Hieruit kwam naar voren dat er behoefte is om vaker samen te sporten, niet alleen om gezond en fit te blijven, maar ook om de onderlinge samenhang te versterken.

Daarnaast zijn er mooie ideeën ontstaan voor maandelijkse activiteiten. Graag kondigen wij deze hierbij aan!

Sportclub

Iedere donderdagmiddag organiseren wij een Sportclub onder leiding van beweegagoog Judith de Vries. Judith is een zeer veelzijdige beweegagoog en stemt de activiteiten per bijeenkomst af op de groep. Samen werken we op een plezierige en veilige manier aan het verbeteren van conditie, balans, kracht en mobiliteit. Iedereen kan meedoen op zijn of haar eigen niveau.

Koffiemoment voor huurders

Elke laatste dinsdag van de maand organiseren we een koffiemoment voor de huurders. Deze week organiseren Noud en Vic, leerlingen van middelbare school De Nassau, een ouderwetse bingomiddag tijdens het koffiemoment.

Zij hebben drie superleuke prijzen voor u uit-gekozen! Kom langs, geniet van een kop koffie en een ontspannen middag samen. En natuurlijk sluiten wij de middag af met gezellige borrel.

Check de agenda voor de exacte data en tijden!

Levenskunst Zuiderhout

Op maandag 23 februari is er weer een Levenskunstavond in de Bieënkorf. Deze avond is de Hanny den Ouden te gast met het theme: De betekenis van rituelen in de moderne tijd.

Rituelen zijn van oudsher een centraal onderdeel van gemeenschappen en religieuze praktijken. Ze geven vorm en betekenis aan de scharnierzakten in ons leven. In seculiere en humanistische contexten hebben rituelen echter geen vanzelfsprekende plaats meer. Door de ontkerkelijking in Nederland dreigt een vacuüm te ontstaan dat vraagt om het heruitvinden van rituelen. Die kunnen een tegenwicht bieden aan de gebureaucratiseerde, gemedicaliseerde en geïndividualiseerde samenleving waarin we leven.

In deze lezing laat Hanny den Ouden u meedenken over vragen als: wat zijn rituelen, waarvoor hebben we ze nodig, welke overgangsmomenten vragen om een ritueel, hoe geven we rituelen vorm, hoe krijgen ze zeggingskracht, hoe hangen vorm en inhoud samen, en welke psychologische, levensbeschouwelijke en culturele aspecten komen erbij kijken?

Hanny den Ouden is ritueelbegeleidster, pastor in de Protestantse Gemeente Breda en docent-onderzoeker Taal & Communicatie aan de Universiteit Utrecht.

Aanvang: 19.30 uur (inloop vanaf 19.15 uur)
Entree: €5,- per persoon, incl. koffie of thee
Locatie: De Bieënkorf

Klankenreis - ontspanning door geluid

Binnenkort mogen we bij Park Zuiderhout opnieuw iets bijzonders verwelkomen. Diane komt twee klankreizen verzorgen waarbij ontspanning en rust centraal staan.

Eerder hebben we al een klankreis mogen ervaren, en dat was een bijzondere beleving. Tijdens een klankreis bespeelt Diane verschillende klankschalen en andere bijzondere instrumenten en materialen. De zachte, trillende klanken vullen de ruimte en nemen je als het ware mee op reis. De geluiden kunnen helpen om spanning los te laten, tot rust te komen en even helemaal in het moment te zijn.

Het enige wat je hoeft te doen is comfortabel plaatsnemen en luisteren. De klanken doen hun werk. Gun jezelf dit moment van rust en laat je meevoeren door de warme, harmonieuze tonen.

Iedereen is van harte welkom om deze bijzondere ervaring mee te beleven.

Donderdag 26 februari

Aanvang sessie 1: 14.00 – 14.45 uur

Aanvang sessie 2: 14.45 – 15.30 uur

Locatie: de Kapel

Kosten: €5 per persoon

Week 8

Maandag 16 februari Carnaval

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje + braintrainer in het Atrium

10.00 - 10.45 uur

Mini carnaval in de Bieënbal
met de kinderen van Partou

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

Schilderclub in De Bieënkorf

Dinsdag 17 februari Carnaval

10.00 - 11.30 uur

Koffie-uurtje in de Bieënbal

11.00 - 12.00 uur

Optreden van de Pierewaaiers in de Bieënbal

12.30 - 13.45 uur (inloop vanaf 12.15 uur)

Snackuurtje (broodje kroket of frikandel) in
de Bieënbal

13.30 - 16.30 uur

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

Woensdag 18 februari

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in het Atrium

10.00 - 11.00 en 11.00 - 12.00 uur

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

14.30 - 15.30 uur

Muziekmiddag met De Bluesjes
met haringhappen in De Bieënkorf

16.15 uur

Aswoensdag met askruisje in de Kapel

19.00 - 22.00 uur

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

Donderdag 19 februari

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in het Atrium

10.00 - 11.00 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 20 februari

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 21 februari

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 22 februari

10.00 uur

Eucharistieviering in de kapel

10.30 - 11.30 uur

Koffie-uurtje in De Bieënkorf

Week 9

Maandag 23 februari

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 in De Bieënkorf

19.30 - 22.00 uur

Levenskunst in de Bieënkorf

Dinsdag 24 februari

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in het Atrium

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 Grand Café

13.30 - 16.30 uur

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

14.30 - 16.00 uur

Koffie-moment huurders in De Bieënkorf

Woensdag 25 februari

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

14.30 - 15.30 uur

Muziekmiddag met Conchita

in De Bieënkorf

19.00 - 22.00 uur

Biljartclub De Veteranen in het Atrium

Donderdag 26 februari

10.00 - 11.00 uur

Koffie-uurtje in het Atrium

10.00 - 11.00 uur

Parkinson boksen in De Bieënkorf

11.00 - 12.00 uur

Bloemschikken groep 2 in het Café

13.30 - 14.30 uur

Sportclub huurders in De Bieënkorf

13.30 - 14.45 en 14.45 - 15.30 uur

Klankenreis in de kapel

14.00 - 16.00 uur

Koersbal in het Atrium

Vrijdag 27 februari

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

11.00 - 12.00 uur

Bloemschikken groep 1 in het Café

14.30 - 16.00 uur

Spellenmiddag in het Atrium

Zaterdag 28 februari

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 1 maart

10.00 uur

Eucharistieviering in de kapel

10.30 - 11.30 uur

Koffie-uurtje in De Bieënkorf

Tibby: een verbindende kracht met kwispel

Sinds enige tijd heeft Park Zuiderhout er een bijzondere collega bij: Tibby, een Tibetaanse terriër van 2,5 jaar oud.

Met haar zachte vacht en open karakter weet ze bij veel mensen een glimlach op het gezicht te toveren. Tibby helpt ons om het leven te vieren, op haar eigen speelse manier. Ze zorgt voor kleine geluismomentjes, brengt bewoners in beweging en haalt herinneringen op. Met haar jonge, speelse karakter is Tibby een prachtige aanvulling op het leven bij Park Zuiderhout.

Oorsprong in Tibet, thuis bij Park Zuiderhout

De Tibetaanse terriër is van oorsprong een gezelschapshond uit Tibet. Ze worden ingezet als metgezel van monniken en in de bergen om schapen bij elkaar te houden. Een sociaal dier dus, en dat merk je. Tibby komt elke dag mee naar het werk. Wanneer ze niet op de werkvloer rondloopt, zoekt ze haar eigen plekje in de kapsalon op, in haar bench, waar ze zich veilig en geborgen voelt.

Opleiding tot welzijnshond

Samen met haar baasje heeft Tibby een opleiding doorlopen over het inzetten van honden in de zorg. Daarbij is het uitgangspunt steeds hetzelfde: leer je hond écht kennen. Wat zegt haar gedrag? Wanneer kwispelt ze? Wanneer heeft ze rust nodig? Daarnaast gaat het om de vraag op welke manieren Tibby kan bijdragen aan een betekenisvolle dag voor onze bewoners.

Tibby werkt maximaal twee uur per dag

Het welzijn van Tibby staat altijd voorop. Ze 'werkt' dan ook maximaal twee uur per dag. Die tijd wordt zorgvuldig gekozen. Ze 'helpt' bij het bloemschikken, speelt zoekspelletjes met bewoners of laat zich borstelen. Soms gaat ze naar buiten om te wandelen met bewoners, zit ze op schoot of voorop op de rollator.

Het effect van Tibby is bijzonder; met haar erbij ontstaat contact vaak vanzelf.



Bos Ontdekdoos

In samenwerking met Mandy den Elzen, kunstenaar en begeleider van het Herbariumproject, brengen we deze winter de natuur naar de afdelingen met een reminiscentieproject over het bos.

In de vorm van een workshop maken we samen met bewoners een (Mast)bos Ontdekdoos. In deze groene houten doos met deksel komen verschillende materialen uit het bos samen, zoals kastanjes, dennenappels, takjes, mos en andere natuurlijke vondsten. Daarnaast worden oude foto's en kaarten toegevoegd van het (Mast)bos uit de periode van circa 1950 tot 2025.

De ontdekdoos nodigt uit om te kijken, voelen en ruiken, en om herinneringen op te halen aan het (Mast)bos. Door het aanraken van natuurlijke materialen, het ruiken van bosgeuren en het bekijken van herkenbare beelden worden herinneringen, verhalen en emoties op een positieve manier gestimuleerd.

De doos kan vervolgens door bewoners, (zorg)medewerkers en bezoekers worden gebruikt als gespreks- en beleevingsmiddel. Ze biedt houvast voor gesprekken, gezamenlijke activiteiten en waardevolle momenten van beleving en herkenning.





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).

Vaste (openings)tijden

Toko - tel. 4128
Iedere dag: 10.30 - 12.00 uur

Grand Café d'n Witte Bok - tel. 4124
Iedere dag: 14.30 - 17.30 uur
Donderdagavond na themadiner: 19.00 - 21.00 uur

Gastvrouwen/-heren - tel. 4333
Maandag t/m vrijdag: 8.30 - 17.00 uur

Gastvrouwen/-heren - tel. 4000
Maandag t/m vrijdag: 8.30 - 17.00 uur

Kapsalon - tel. 4178
Dinsdag en donderdag: 8.30 - 18.00 uur
Op afspraak

Dagelijks koffiedrinken
Maandag t/m zaterdag: 10.00 - 11.00 uur in het Atrium

Zondag: 10.30 - 11.30 uur in De Bieënkorf

Opticien
Iedere 2de donderdag van de maand is er een opticien van Rob Boon aanwezig. U kunt een afspraak maken via de gastvrouwen.

Park Zuiderhout

Arnold Janssenlaan 46, 4847 DK Teteringen
Tel: (076) 578 40 00 | contact@parkzuiderhout.nl | www.parkzuiderhout.nl