

**VERDER IN DIT  
NUMMER:**

**UIT HET OOG MAAR  
NIET UIT HET HART** 2

**NL DOET** 2

**VERBOUWING EN  
HERINRICHTING  
HUISKAMER EN KERK-  
ZAAL** 3

**EIKENBLAADJES** 3

**GEZONDE VOEDING** 4



**LENTE!**

Het kan nu toch niet meer missen: de lente is ook in Slagharen gearriveerd! Het jonge groen in de tuin van Huize De Eik groeit dat het een lieve lust is en in de weiland rondom Slagharen zijn de eerste lammetjes al gearriveerd!

In deze nieuwsbrief een verhaal over de dagbesteding, een leuke ontmoeting met twee oudbewoners, informatie over de huiskamer en de kerkzaal, een mooi artikel over gezonde voeding en nog veel meer!

Veel leesplezier!

*Lentezonnetje  
Luchtballonnetje  
Groen gras  
Huppelpas  
Bijengezoem  
Boterbloem  
Lam in de wei  
Vogeltjes blij  
Vroeg ontbijt  
Lentetijd!*



**EIKNIEUWS:**

- **Periodieke nieuwsbrief**
- **Voor bewoners van Huize De Eik en hun familieleden en mantelzorgers**

## UIT HET OOG MAAR NIET UIT HET HART!

Binnen de dagbesteding op De Eik is er eigenlijk altijd gezellige reuring. Als u ons niet ziet dan hoort u ons toch vast!

Vanaf nu is er iedere maandag en donderdagmiddag dagbesteding op De Eik. Op de maandagmiddag wordt dit geheel verzorgd door Nardie en op de donderdagmiddag ben ik er. Nardie en ik hoeven het gelukkig niet alleen te doen. We krijgen hulp van enthousiaste vrijwilligers en leuke stagiaires.

Op donderdagmiddag staat Grijs, Groen en Gelukkig centraal. Ons programma is divers. Gedurende de wintermaanden hebben we veel geknutseld en gefröbeld. Nu het mooie weer zich weer aankondigt proberen we weer met onze deelnemers naar buiten te gaan en zo veel mogelijk bij de prachtige natuur te betrekken. We ontploffen bijna van de leuke ideeën en de groep van enthousiaste deelnemers groeit steeds meer.

Het is een komen en gaan van lieve mensen bij ons op De Eik. Twee van onze trouwe deelnemers, mevrouw Heemstra en mevrouw Drenth, zijn



inmiddels verhuisd naar Hoogeveen naar de prachtige locatie in het centrum; De Kloosterstaete.

Onlangs was ik met twee gezellige heren uitgenodigd op de Kloosterstaete om daar een hapje mee te eten. En uiteraard was ik ook stik nieuwsgierig naar mijn twee lieve deelnemers die daar inmiddels helemaal gesetteld zijn.

We werden allerhartelijkst ontvangen op de Kloosterstaete. Mijn gezelschap was aangenaam verrast. En bij het weerzien van 'mijn trouwe lieve deelnemers' was de gezelligheid helemaal compleet.

We hebben heerlijk gege-

ten en ontzettend gelachen en nieuwe contacten gesloten.

U begrijpt het al; Het was nog lang gezellig op de Kloosterstaete.

*Hanneke Heruer*

Ook Marielle Visser bracht een bezoekje aan mevrouw Heemstra en mevrouw Drenth. Ze hebben het prima naar hun zin in Kloosterstaete maar missen Huize De Eik wel. "De mensen in Slagharen zijn altijd zo warm en hartelijk", aldus de dames.

Van mevrouw Drenth kregen we nog een mooie spreuk mee (zie foto) en we moesten vooral niet vergeten de hartelijke groeten te doen!

Bij deze!



## NL DOET



Op vrijdag, 15 maart is er voor de 3e keer een super geslaagde NL Doet dag georganiseerd.

Ondanks het wat druilerige weer is er met een groep van 20 vrijwilligers gewerkt aan het voorjaars klaar maken van de terrassen. Alle potten zijn voorzien van kleurrijke violen.

Ook zijn er allerlei klussen in de kerkzaal verricht. Deze ruimte wordt gebruiksklaar gemaakt voor verhuur voor evenementen, vergaderingen of andersoortige samenkomsten.

In een historisch pand als de Eik is altijd genoeg te doen! Onze vrijwilligers werden goed verzorgd met koffie met zelfgemaakt appelgebak en een heerlijke lunch. Met een attentie en groot applaus voor de groep vrijwilligers hebben wij met een goed gevoel deze dag afgesloten.

## VERBOUWING EN HERINRICHTING HUISKAMER EN KERKZAAL

De afgelopen week is de bar uit de grote huiskamer gehaald en verplaatst naar de Kerkzaal. Dit om meer ruimte te creëren voor tafels en gezellige zitjes. De vloerbedekking gaat eruit en er zal een mooie nieuwe pvc vloer komen.

In de kerkzaal zal de komende weken een wateraansluiting komen en zal er een barvoorziening worden gemaakt. Ook is op de 1e ver-

dieping de toiletvoorziening voor bezoekers klaar. De kerkzaal is ingericht met prachtige nieuwe meubelen, mooie vitrages zijn besteld en wordt steeds gezelliger aangekleed.



De kerkzaal zal op korte termijn ook worden ingezet voor verhuur.

Wilt u een feestje organiseren in de Kerkzaal? Of weet u iemand die een zaaltje zoekt voor ca. 50-100 personen, voor welke gelegenheid dan ook?

Voor meer informatie kunt u terecht bij Mariëlle Visser ([marielle.visser@zorgzaak.nl](mailto:marielle.visser@zorgzaak.nl))



## EIKENBLADJES (KORTE NIEUWSBERICHTEN)



### ASBAK

Sinds korte tijd staat er bij de voordeur een grijze pvc bak met gele rand. Ook staan er enkele bakken in de achtertuin. Graag vragen wij u om hierin uw sigarettenpeuk te doen. Zo houden we het samen netjes rondom De Eik.



### PARKEERBELEID

Vorig jaar zijn er bij de ingang van De Eik bloembakken neergezet tegen het overmatig parkeren bij de entree. Dit om hulpdiensten zoals ambulance en taxibusjes de ruimte te geven om bewoners van dienst te zijn. Overige auto's worden verzocht achter op het terrein van Huize De Eik te parkeren. Dit kan ook direct achter het pand, u rijdt dan tussen de hekken door.



### SALLANDSE WANDELROUTE

Op donderdag 11 april kwamen, op initiatief van het vrouwen netwerk "ZijAktief", ca. 96 wandelaars langs en door de Eik met de Sallandse Wandelroute.



De wandelaars konden genieten van een historische informatie- en foto-presentatie in de gang beneden en zo de historie van Huize de Eik ontdekken.

Bent u geïnteresseerd in het wandelen van deze mooie kunstroute in en om Slagharen (3, 5 of 7

km)? Vraag naar het boekje bij de receptie.



### GEZELSCHAP VOOR PETER!

Op donderdag, 11 april heeft Peter, tot op heden de enige vis in onze vijver, gezelschap gekregen van ca. 250 nieuwe vrienden. Een inwonster uit Slagharen wilde haar vijver dempen en schonk de Eik haar vissen en waterplanten. De goudwindes hebben het naar hun zin op hun nieuwe plek en hopelijk is Peter ook blij met het gezelschap! Wij danken onze vrijwilligers voor hun geweldige hulp bij deze verhuizing!



### JONG LEVEN IN DE EIK

Sinds 16 april hebben we weer kuikens te logeren bij de Eik, nog maar net 1 dag uit het ei. Met dank aan Joop Roosma! Veel kijk- en knuffelplezier!



### TIP!

Van mevrouw Drenth kregen wij de volgen tip: De onderdelenwinkel van Kosse, tegenover de Jumbo vervangt ook horloge batterijen voor u! U wordt er heel vriendelijk geholpen!



Wilt u contact met de redactie of een bijdrage leveren aan deze nieuwsbrief?

Neem dan contact op met:

**Mariëlle Visser**

PR Medewerker Huize De Eik

Telefoon: 0523 - 22 50 05

e-mail: [marielle.visser@zorgzaak.nl](mailto:marielle.visser@zorgzaak.nl)

U kunt ook altijd een berichtje voor haar achterlaten bij de receptie!



## GEZONDE VOEDING

Er is veel te doen en te lezen over gezonde voeding in de zorg, maar wat is dat nu precies? Waar moet het aan voldoen, hoeveel mag u van alles eten en waar komen die producten eigenlijk vandaan? Albert Leunge, Manager Gastvrijheid en Gezondheid van de ZorgZaak legt het graag uit.

### VERANTWOORD ETEN

Bij de locaties van de ZorgZaak groep, vinden wij het belangrijk om maaltijden te serveren waar u als bewoner profijt van heeft. Daarbij zetten we in op gezond en verantwoord eten uit de regio. Dat betekent veel variatie in voeding, regelmaat aanbieden en gerechten serveren met de juiste voedingswaarden.

### GEZOND, GEVARIJEERD EN REGELMATIG

Het is belangrijk om goede en gezonde voeding te krijgen waarbij u zich vitaal voelt en waardoor u, wanneer u dit wilt, aan alle activiteiten kunt meedoen.

Gevarieerde voeding zorgt er voor, dat u op de lange termijn de juiste voedingsstoffen binnen krijgt, zoals mineralen, vitamines, goede eiwitten en vetten.

Door regelmatig te eten, kan uw lichaam wennen aan een bepaald ritme en daardoor effectief aan het werk gaan met de voedingsstoffen die het binnenkrijgt, het levert u energie op!



### ETEN UIT DE REGIO

Per 1 april zijn een groot deel van onze producten die wij gebruiken voor de maaltijdbereiding afkomstig uit de eigen regio. De producten zijn verantwoord en duurzaam verbouwd en geteeld. Dit betekent zonder gebruikma-

king van bestrijdingsmiddelen en antibiotica.

Alle producten die wij gebruiken bevatten veel eiwitten en de juiste voedingswaarden. De melk en karnemelk rechtstreeks van de boer, vol van smaak en vol met eiwitten en zink zijn op natuurlijke wijze gezond groot gebracht. De groenten zijn onbespoten en bevatten veel voedingsstoffen.

### SMAAK EN BELEVING

U als bewoner gaat het verschil proeven in smaak en beleving. Wij doen ons uiterste best om alle gerechten vers te bereiden en te serveren zoals u dat van ons gewend bent. Het kan voorkomen dat een aantal producten anders gaat smaken, voller van smaak is en anders van kleur. Wellicht is het even wennen maar uw zintuigen gaan zeker geprikkeld worden.

Laat u verrassen en verblijden!

### OPROEP!

Heeft u een leuk verhaal of anekdote of wilt u gewoon eens iets meer over u zelf vertellen?

Of heeft u een leuk idee voor een artikel in Het Eikenblad? Laat het ons weten!

Neem contact op met Mariëlle Visser, PR Medewerker van Huize De Eik. Haar e-mail adres is : [marielle.visser@zorgzaak.nl](mailto:marielle.visser@zorgzaak.nl). U kunt ook altijd een berichtje voor haar achterlaten bij de receptie!

Uw bijdrage wordt zeer op prijs gesteld!