

OP DE HOOGTE

MEI 2025 - NUMMER 191 - JAARGANG 17



St. Jozef Lent

Inhoudsopgave | St. Jozef, Lent | mei 2025

U kunt in dit nummer lezen over:	op pagina:
Column Michel Hodes: Klimaat in brede zin	3
Activiteitenkalender mei St. Jozef	4-5
Seniorenpastoraat: Mijn/Uw Mariabeeld	6-7
De blijde mei is daar	7
Gezondheidshoekje – Slapen	8
Bloem van de maand	9
Kalender mei	10
Op deze dag – 5 mei 1945	11
3-daagse St. Jozef	12
Weet u het nog?	13
Bijdrage van een bewoner	14-15
Oplossing puzzel april	15
Ijsheiligen	16
Terugkeer	17
Telefoonnummers	18
Puzzel mei	19

Colofon

Coördinatie

Liduina, Bommel	Kevin Schuffelers
St. Jozef, Lent	Ria Besselink
Sancta Maria, Huissen	Anita van Wijk
St. Jozef, Gendt	Arendina Visser

Communicatie algemeen	Kevin Schuffelers
Eindredactie	Ria Besselink
Omslagfoto	Ria Besselink

Inleveren kopij

Wanneer	t/m de 9 ^{de} van de maand
Waar	Liduina Bommel: brievenbus Recreatiezaal St. Jozef, Lent: brievenbus Restaurant Sancta Maria, Huissen: brievenbus Restaurant St. Jozef, Gendt: Receptie
Digitaal	redactieopdehoogte@rijnwaal.nl

Klimaat in brede zin

Het woord 'klimaat' heeft meerdere betekenissen: het weer en alles wat daarmee te maken heeft; maar ook de sfeer en cultuur die er heerst op een bepaalde plek.

Beiden zijn in onze organisatie van toepassing.

Het organisatieklimaat is gedurende de transitie van de zorg aan het veranderen.

Wij staan hier, net zoals vele collegae in het land, voor een enorme opgave die wij de 'transitie van de ouderenzorg' noemen.

Een van de belangrijke speerpunten is dat er minder medewerkers te vinden zijn op de arbeidsmarkt en dat wij toch onze standaarden hoog willen houden.

Of dat kan en hoe dat moet, daar zijn wij nu druk mee bezig.

Maar een ding is zeker: wij kunnen het niet alleen en hebben u en uw netwerk hierbij nodig.

En dan bedoel ik u als bewoner, maar ook uw familie en netwerk (naasten, mantelzorgers, vrienden, verenigingen) wat wij ook wel het 'informeel netwerk' noemen.

Dit netwerk is van onschatbare waarde!

Zowel in de begeleiding, benadering maar ook voor het welzijn van u als bewoner.

Daar waar wij met gedrevenheid ons werk doen op alle gebieden zoals horeca, huishouding, welzijn en zorg, is uw netwerk (familie, naasten, mantelzorgers, vrienden) een belangrijke schakel die wij niet kunnen overnemen.

Want zoals gezegd; zonder u en uw netwerk gaat het niet.

Wij gaan in de komende tijd dan ook een beroep doen op u en uw netwerk om mee te doen.

De samenwerking met informele zorg ofwel het 'informeel netwerk', is immers ook één van onze speerpunten in het meerjarenbeleidsplan 2024-2028.

Met deze transitie verandert het klimaat natuurlijk ook in onze organisatie.

Op verschillende locaties gaat u daar in de komende maanden wat van merken en wij hopen dat hier veel positieve kanten aan zitten.

Zowel voor u als bewoner, maar ook voor onze professionals.

Omdat de zomer nadert en het lijkt of deze steeds vroeger start, zal de temperatuur ook weer wat oplopen.

Wij doen er alles aan om deze klimaatveranderingen op onze locaties zo veel mogelijk te dempen, maar de vraag is of dat altijd volledig naar wens gaat lukken.

Aanpassingen worden gedaan, maar hebben vaak tot een bepaalde hoogte effect.

Wij gaan er vanuit dat de genomen aanpassingen voldoende zijn.

Toch zou ik u willen vragen van het weer te genieten, zon doet een mens immers altijd goed!

Met vriendelijke groet,

Michel Hodes

Voorzitter Raad van Bestuur

(0481) 470600

www.rijnwaal.nl



Activiteitenrooster mei | St. Jozef, Lent

	Datum	Tijd	Activiteit.	Ruimte
Donderdag	1 Mei			
Vrijdag	2 Mei			
Zaterdag	3 Mei			
Zondag	4 Mei			
Maandag	5 Mei			
Dinsdag	6 Mei	10.00 uur	Gym groep 1	Gang begane grond
		11.00 uur	Gym groep 2	Gang begane grond
		10.00 uur	Hout bewerken	Klushok
		14.30 uur	Handwerken	Plein
Woensdag	7 Mei	10.00 uur	Bibliotheek open	Plein
		10.00 uur	Schilderen	2 ^{de} etage
		10.30 uur	Wandel 3- daagse	Hal
		14.30 uur	Bingo	Plein
Donderdag	8 Mei	10.30 uur	Wandel 3- daagse	Hal
Vrijdag	9 Mei	13.30 uur	Wandel 3- daagse	Hal
		14.30 uur	Blarenbal	Zaal
		16.00 uur	Chinees buffet	Restaurant
Zaterdag	10 Mei			
Zondag	11 Mei			
Maandag	12 Mei			
Dinsdag	13 Mei	10.00 uur	Gym groep 1	Gang begane grond
		11.00 uur	Gym groep 2	Gang begane grond
		10.00 uur	Houtbewerken	Klushok
		14.30 uur	Handwerken	Plein
Woensdag	14 Mei	10.00 uur	Bibliotheek open	Plein
		10.00 uur	Schilderen	2 ^{de} etage
		14.30 uur	Zingen met Arie	Plein
		19.00 uur	Viering	Kapel
Donderdag	15 Mei	15.00 uur	Inloop Cliëntenraad	In de hal bij de hoofdingang
		19.00 uur	Koor van alles wat	Plein
Vrijdag	16 Mei			
Zaterdag	17 Mei			
Zondag	18 Mei			
Maandag	19 Mei			
Dinsdag	20 Mei	10.00 uur	Gym groep 1	Gang begane grond
		11.00 uur	Gym groep 2	Gang begane grond
		10.00 uur	Houtbewerken	Klushok
		14.30 uur	Handwerken	Plein

Woensdag	21 Mei	10.00 uur	Bibliotheek open	Plein
		10.00 uur	Schilderen	2de etage
Donderdag	22 Mei			
Vrijdag	23 Mei	14.30 uur	Vrije keuze middag	zaal
Zaterdag	24 Mei			
Zondag	25 Mei			
Maandag	26 Mei			
Dinsdag	27 Mei	10.00 uur	Gym groep 1	Gang begane grond
		11.00 uur	Gym groep 2	Gang begane grond
		10.00 uur	Houtbewerken	Klushok
		14.30 uur	Handwerken	Plein
Woensdag	28 Mei	14.30 uur	Creatief	Plein
Donderdag	29 Mei			
Vrijdag	30 Mei			
Zaterdag	31 Mei			

Het programma van mei kan nog wijzigen.
Bij vragen kunt u terecht bij de medewerkers Welzijn.

ALLE ACTIVITEITEN OP EEN RIJTJE

Seniorenpastoraat: Mijn / Uw Mariabeeld



In de jeugd jaren van veel ouderen was het heel gewoon.
Een Mariabeeld(je) in de huiskamer, soms een lichtje ervoor.
In de meimaand stond er vaak een bloemetje bij, het was immers Mariamaand.
Er waren heel wat variaties : Soms een eenvoudige kopie van O.L. Vrouw van Lourdes, Fatima of Kevelaer , soms een beeldje ontworpen door al dan niet bekende kunstenaars.
Mariabeeldjes soms verbonden met persoonlijke herinneringen of gebeurtenissen.
Het beeldje van de Sterre der Zee (Maastricht) uit dankbaarheid bij de geboorte van het eerste kind.
Bij een ander het beeldje, gekocht tijdens een reis of vakantie, onder de indruk van de plaats waar je was.
Zoals bij het beeld van O.L. van Chartres in die immense kathedraal of bij de bedevaartsplaats Chestochowa in Polen met de Zwarte Madonna of na een gesprek met een lokale kunstenaar.
Zo'n beeldje riep dan steeds ook herinneringen op en je had er een bijzonder band mee.
Vandaag de dag hebben die beeldjes in seniorenappartementen en in de kamers van verzorgingshuizen soms nog een ereplaats en branden er vaak batterijkaarsjes .

Stille getuige.

Veel van deze Mariabeeldjes hebben jarenlang het wel en wee in gezinnen meegemaakt en als ze zouden kunnen vertellen ...????

Mooie verhalen over liefde en zorg voor elkaar.

Verhalen over feesten en huiselijke gezelligheid met verjaardagen, maar ook verhalen over tegenstellingen met soms harde woorden.

Mariabeeldjes die bij pijn en verdriet extra aandacht kregen, hoe er dan kaarsjes werden aangestoken biddend dat het toch goed mocht komen.

Kaarsjes met een gebedje om voorspoedige genezing bij ziekte, om kracht bij lijden.

Een kaarsje voor het slagen van een examen of om behouden thuiskomst van kinderen of kleinkinderen. En als alle goed was gegaan een kaarsje uit dankbaarheid.

Wellicht zijn er bij enkelen nog de herinneringen aan het samen bidden van de rozenkrans, waarbij niet onvermeld blijft dat de kokosmatten, waarop geknield werd soms wel erg pijnlijk waren.

Het Mariabeeld als de getuige van de levensweg van het gezin met zijn mooie kanten en met haar schaduwkanten.

Een beeldje dat je dan op deze manier erg dierbaar kan worden.

Kinderen en kleinkinderen

Opvallend in deze is de houding van kinderen en kleinkinderen.

Ze hebben niet zoveel meer met de kerk, zoals ze zelf zeggen, komen er nog maar zelden. Maar het is ook bekend dat bij vakanties in het buitenland in kerken en kapellen kaarsjes worden opgestoken denkend aan hun geliefden thuis

Ook is het niet vreemd dat er nog graag een beroep wordt gedaan op moeder of oma om een kaarsje aan te steken bij belangrijke zaken, zoals sollicitatie, een examen of ziekte of andere tegenslagen.

Dat alles in het vertrouwen dat dit van betekenis is.

Dat kan bemoedigend of troostend zijn bij wat ons overstijgt.

Op een of andere manier spreekt daarin ook het vertrouwen mee in hun eigen moeder of oma.

Een vertrouwen dat op deze manier wordt doorgegeven en dat verbondenheid schept.

Een verbondenheid met een diepere laag, waar je vaak geen woorden voor kunt vinden, maar die je mag koesteren als de moeite waard in je leven.

Seniorenpastor John Rademakers.



Slapen

De fabel zegt:
Ouderen slapen slechter omdat ze minder slaap nodig hebben.



De deskundige Psychologe Winni Hofman, universitair docente slaap en slaapstoornissen aan de Universiteit van Amsterdam: "Dat je minder slaap nodig hebt met het ouder worden, is niet waar.

Wel ga je met het stijgen van de leeftijd minder diep slapen, waardoor je 's nachts iets vaker wakker kunt worden.

Ook verandert het ritme van slapen en wakker zijn.

Al vanaf je twintigste jaar wordt je biologische klok, die de slaap reguleert, minder flexibel. Is het vóór die tijd geen enkel probleem om tot 5 uur 's morgens door te feesten, daarna kun je steeds minder makkelijk 'schuiven' met je slaap.

Je kunt ook eerder op de avond slaap krijgen en daardoor weer vroeger wakker zijn.

Het is trouwens goed om te weten dat niet iedereen zeven uur slaap per nacht nodig heeft. Sommige mensen hebben aan vijf uur voldoende.

Hoeveel slaap je nodig hebt, hangt verder niet zozeer af van je leeftijd, maar van wat je overdag doet.

Ben je actief, dan slaap je 's nachts meestal goed.

Zit je overdag te suffen en te knikkebollen, dan lig je 's nachts klaarwakker.

Maar al slaap je wat lichter, ook als je ouder wordt móet je goed kunnen slapen.

Iedereen slaapt wel eens een nachtje wat minder, maar geregeld drie of vier nachten per week slecht slapen is echt geen normaal ouderdomsverschijnsel dat je maar moet accepteren."

Chronisch slecht slapen is een serieus gezondheidsprobleem.

Het verhoogt de kans op diabetes en op hart- en vaatziekten.

Ook krijg je last van moeheid, prikkelbaarheid, verminderde concentratie en een verminderd prestatievermogen.



Dit kun je doen om klachten te voorkomen

- Houd de slaapkamer stil, koel en donker.
- Je slaapt beter als je overdag actief bent.
- Drink in de uren voordat je gaat slapen geen koffie of alcohol, eet geen zware maaltijd en vermijd forse inspanningen.
- Ga alleen naar bed als je je slaperig voelt. Slaap je na een kwartier nog niet? Sta op en lees wat op de bank tot je slaap krijgt.
- Sta elke dag op dezelfde tijd op, ook als je maar kort hebt geslapen.
- Zorg dat je op een gezond gewicht blijft. Mensen die te dik zijn, hebben een verhoogde kans op slecht slapen.

Wanneer moet je naar de dokter? Als je langer dan drie weken gedurende drie of vier nachten achter elkaar zeer slecht slaapt en als dat gevolgen heeft voor jouw functioneren overdag. Je huisarts kan beoordelen of de slapeloosheid een teken is van een ziekte of een bijwerking van medicijnen en je eventueel doorverwijzen voor een slaapcursus of slaaptherapie.

Bloem van de maand – Lelietje-van-dalen

Lelietje-van-dalen is de geboorte bloem van de maand mei.

In Frankrijk en België geven mensen op 1 mei een boeketje Lelietjes-van-dalen aan hun geliefden en dierbaren.

Deze bloem symboliseert dan ook de liefde.

Leuk feitje, koninklijke bruiden houden van Lelietjes-van-dalen in hun boeket.

Het Lelietje-van-dalen is klein van formaat maar groots in betekenissen.

Hieronder vindt u de meest voorkomende symbolische betekenissen van deze geboortebloem terug.

Nederigheid en bescheidenheid: de klokvormige bloemen van het Lelietje-van-dalen buigen iets naar beneden, waardoor de indruk van nederigheid en bescheidenheid ontstaat.

Vernieuwing en lente: het Lelietje-van-dalen bloeit in de late lente, het seizoen van vernieuwing en wedergeboorte.

Geluk: in verschillende culturen wordt het Lelietje-van-dalen geassocieerd met geluk. De heerlijke geur en het sierlijke uiterlijk van deze geboortebloem zorgen ervoor dat mensen de bloem associëren met positieve gevoelens en welzijn.

Liefde en toewijding: hoewel het Lelietje-van-dalen niet direct doet denken aan romantiek - zoals een roos - wordt ze toch regelmatig gebruikt in bruidsboeketten. Vandaar dat deze geboortebloem van mei toch ook symbool staat voor liefde en toewijding.



Waar komt de geboortebloem het Lelietje-van-dalen vandaan?

Het Lelietje-van-dalen is een veel voorkomende plant in gematigde gebieden over heel Europa, Noord-Amerika en Azië.

De geboortebloem van mei gedijt goed in schaduwrijke gebieden zoals bossen en tuinen. In de maanden april en mei staat het Lelietje-van-dalen in bloei.

Een belangrijke kanttekening: de plant, bloemen en bessen zijn allemaal giftig, dus wees voorzichtig - ook met huisdieren.

De geschiedenis van de geboortebloem van mei

Het Lelietje-van-dalen behoorde oorspronkelijk tot de leliëfamilie, waar het zijn naam aan dankt.

Door de geschiedenis heen is het Lelietje-van-dalen verbonden geweest met verschillende tradities en overtuigingen.

Zo offerden de oude Germanen Lelietjes-van-dalen in vreugdevuren aan Ostara, de godin van de aankomende lente en het opkomende licht.

Een opvallende traditie is de viering van 'May Day' in veel culturen, waarbij het Lelietje-van-dalen vaak wordt gegeven als symbool van de lente en geluk.



MAY 2025

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Dag van de arbeid 1 mei * Dodenherdenking 4 mei * Bevrijdingsdag 5 mei * Moederdag 11 mei * Hemelvaartsdag 29 mei

Op deze dag – 5 mei 1945 Capitulatie Duitsland

In 1945 werd de bevrijding gevierd op 31 augustus, de verjaardag van koningin Wilhelmina.

De Duitse troepen in Nederland, Noordwest-Duitsland en Denemarken capituleerden op 4 mei op de Lüneburger Heide.

Het Duitse opperbevel tekent het document ter overgave.

De capitulatie trad in werking op 5 mei om 08:00 uur.

Op 5 mei 1945 is de bevrijding van heel Nederland dus een feit.

De regering besloot dat de viering vanaf 1946 op 5 mei zou plaatsvinden.



Ieder jaar staan we tijdens de Nationale Herdenking op 4 mei stil bij de slachtoffers van de Tweede Wereldoorlog en van oorlogssituaties en vredesoperaties daarna.

Om 20.00 uur is het in heel Nederland twee minuten stil.

Op 5 mei vieren we de bevrijding van Nederland in 1945 en dat we sindsdien in vrijheid leven.

Ook staan we die dag stil bij de waarde van vrijheid, democratie en mensenrechten.

In 2024 en 2025 vieren we dat de Tweede Wereldoorlog 80 jaar geleden ten einde kwam. Door het hele land staan we erbij stil dat Nederland dankzij de inzet van militairen van de geallieerde landen en met hulp van het verzet werd bevrijd. We herdenken de slachtoffers die daarbij vielen.

Op Bevrijdingsdag worden vele activiteiten georganiseerd.

De Nationale Viering van de Bevrijding begint ieder jaar in een andere provincie met een programma rond de 5 mei-lezing.

Daarna wordt het bevrijdingsvuur ontstoken; het startsein voor de Bevrijdingsfestivals en andere festiviteiten in het land, waaronder Vrijheidsmaaltijden.

De Nationale Viering van de Bevrijding wordt ieder jaar feestelijk afgesloten met het 5 mei-concert op de Amstel in Amsterdam, in aanwezigheid van de koning, de koningin en de minister-president.

Journalist en voormalig NOS-nieuwslezer Noraly Beyer en zanger Yves Berendse presenteren dit jaar het 5 mei-concert op de Amstel in Amsterdam.

Samen verbinden zij de optredens aan de hand van persoonlijke verhalen en muziek.

Het concert wordt vanaf 20.30 uur rechtstreeks uitgezonden door de NOS op NPO1.

Het 5 mei-concert vormt traditiegetrouw de afsluiting van de Nationale Viering van de Bevrijding.



ST. JOZEF

3-DAAGSE

**HET IS WEER ZOVER!
DE ST. JOZEF 3-DAAGSE GAAT
VAN START**

**WOENSDAG 7,
DONDERDAG 8
&
VRIJDAG 9 MEI**

**WOENSDAG & DONDERDAG KUNT U UW
STARTKAART VANAF 10.30 UUR
OPHALEN, VRIJDAG VANAF 13.30 UUR.**

**DE KOSTEN BEDRAGEN €12,50
VERDERE INFO VOLGT PER BRIEF**



RijnWaal
ZORGGROEP

| St. Jozef Lent

Weet u het nog?

6 mei 1970 Feyenoord wint de Europacup 1

Op 6 mei 1970 schrijft Feyenoord geschiedenis. De club wint, als eerste Nederlandse voetbalclub ooit, de Europacup I.

Later veroveren de Rotterdammers, die dat seizoen ook al landskampioen werden, ook nog de Wereldbeker.

De finale van het prestigieuze voetbaltoernooi vond plaats in het San Sirostadion in Milaan. Naar schatting reisden 20.000 mensen af naar Milaan waar Feyenoord de finalewedstrijd met 2-1 won van Celtic.

Feyenoord kwam eerst nog achter.

Celtic scoorde uit een vrije trap.

Wie dat doelpunt terugkijkt, ziet dat er ook in de wereld van de scheidsrechters de afgelopen decennia wel wat is veranderd.

Arbiter Concetto Lo Bello uit Italië bedacht dat een plek achter de muur wel handig was op het moment dat Celtic de vrije trap mocht nemen.

De muur voor de neus van Feyenoord-doelman Eddy Pieters Graafland werd hierdoor nog groter.

Lo Bello moest zelfs aan de kant springen voor het afstandsschot van Tommy Gemmell.

Tien van de twaalf Feyenoorders die speelminuten kregen in de finale hadden overigens een Nederlands paspoort.

Dat zou nu ondenkbaar zijn.

De enige twee buitenlanders waren echter niet de minsten: de Oostenrijker Franz Hasil en Ove Kindvall uit Zweden.

Laatstgenoemde scoorde in de verlenging en bezorgde zichzelf en zijn club daarmee eeuwige roem.

Op de bank zat ook een buitenlander: trainer Ernst "Kein geloei, fussball spielen!" Happel uit Oostenrijk.

Happel behaalde wel meer successen.

In 1978 haalde hij als bondscoach van Oranje de finale van het WK in Argentinië en in 1983 won hij met Hamburger SV zijn tweede Europacup 1-finale.



Bijdrage van een bewoner

Bemmel, april 2005

Een herinnering van een 7-jarige evacu 

Bij deze gaan mijn gedachten 60 jaar terug naar de oorlog van '44-45.

Ik ben geboren en opgegroeid in een groot gezin, toen 9 en nu 11 kinderen.

Het was september 1944 en er werd een schuilkelder achter ons huis gegraven waar we vooral 's nachts met het hele gezin in moesten doorbrengen.

Op 13 oktober hebben we alles achter moeten laten en we zijn toen bij kennissen aan de andere kant van het dorp ondergebracht.

We hebben daar ± 3 weken met 2 gezinnen in een kelder doorgebracht met de hoop dat we bevrijd zouden worden en dan weer terug naar ons eigen huis zouden kunnen gaan. Maar op 3 november moesten wij toch vertrekken richting Achterhoek in opdracht van de Duitsers.

We zijn toen lopend naar Babberich vertrokken met alleen een kruiwagen en een kinderwagen met baby.

Na 2 dagen in een klooster te hebben gezeten, zijn we vertrokken richting Didam.

Op 6 november gingen we naar Varsseveld en op 7 november naar Borculo.

Daar zijn we een week gebleven.

Daarna zijn we op 14 november naar Rijssen gebracht en daar sliepen we voor 't eerst in een bed.

Op de meeste plaatsen sliepen wij bij boeren op het deel of in varkenshokken gevuld met wat stro.

Een enkele keer was er ruimte in een schoolgebouw.



*De rondwandeling door Bedum op 16 april 2005 met o.a. de familie Van den Brink. Wim van den Brink leest zijn brief 'Een herinnering van een 7-jarige evacu ' voor.
(Foto: Alko van der Laan)*

Ook daar sliepen we in stro.

Op 15 november hebben we overnacht in Nijverdal, op 16 november in Ommen, 17 november in Hoogeveen en op 18 november kwamen we in Assen aan voor   n overnachting. 19 november zijn we voor   n dag in de stad Groningen geweest.

Op 20 november gingen we naar onze eindbestemming Bedum.

Daar werden we ondergebracht bij 3 boeren aan de Westerdijkshorn.

Bij de 2^{de} boer stopte onze huifkar met het gezin Van den Brink.

Daar werd onze familie gesplitst en ondergebracht bij Valkema, Staal en Oosterhof.

Ik bleef met mijn oudste zus, broer en jongste zus bij de familie Staal.

Wij werden bijzonder goed opgevangen waar ik de familie Staal tot op de dag van vandaag nog altijd dankbaar voor ben.

5 maart 1945 zijn we verhuisd naar een huurwoning in de Walfriduslaan waar ons gezin werd herrenigd.

Op 10 juni zijn we naar de stad Groningen gebracht en 12 juni begon onze terugreis naar Gendt in de Betuwe.

Dit ging op een open vrachtauto waar meerdere gezinnen gelijktijdig op werden vervoerd.

Bij thuiskomst bleek ons huis beschadigd te zijn, maar we konden er wel in wonen.

Het was in de tijd dat de kersen rijp aan onze bomen hingen en dat was voor ons weer lekker smullen en tevens een welkom thuis.

Wim van den Brink

P.S. de data en plaatsnamen heb ik later van mijn vader overgenomen.

Prijswinnaars puzzel april 2025

De oplossing is: "Gordijn" en de puzzel is gewonnen door:

in Sancta Maria, Huissen:

Mevrouw Hermsen

De Bloem kamer 10

in Liduina, Bemmelen:

Mevrouw Spieard

Kamer 22

in St. Jozef, Lent:

De heer Lamers

Appartement 23

in St. Jozef, Gendt:

De heer Zweers

Kamer 123



Proficiat en u ontvangt binnenkort uw prijs!

IJsheiligen

In de dagelijkse taal gebruiken we nog geregeld uitdrukkingen en gezegden die een historische achtergrond hebben.

Waar komen deze uitdrukkingen vandaan?

IJsheiligen... heiligen die van ijs houden? Die ijs vereren? Zijn ze van ijs?

De IJsheiligen zijn Sint Mamertus, Sint Pancratius, Sint Servatius en Sint Bonifatius.

Zij vieren hun naamdagen op achtereenvolgens 11, 12, 13 en 14 mei.

IJsheiligen is ook één van de oudste en wellicht het bekendste begrip uit de volksweerkunde.

De eerste berichten over deze "strengere heren" dateren van rond het jaar 1000.

De IJsheiligen ontleen hun benaming aan het gevaar van koud voorjaarsweer voor het gewas, dat in deze tijd in volle bloei staat.

Een late vorstnacht kan nu veel schade aanrichten.

Het is echter niet zo dat tijdens de IJsheiligen de kans op een overgang naar koud weer groter is dan op andere dagen in het voorjaar.



Het is een algemeen bekend gegeven dat je pas na IJsheiligen kan beginnen met het planten in de volle grond.

Weerspreuken over IJsheiligen

- "Panraas, Servaas, en Bonifaas, brengen sneeuw en ijs helaas!"
- "Voor IJsheiligen de bloempotten buiten, veelal kun je er dan naar fluiten, wacht af tot de heiligen zijn voorbij, de bloemen zijn u daarvoor blij."
- "Het kan vriezen tot in mei, tot de IJsheiligen zijn voorbij."
- "Al is Mamertus oud en grijs, houdt hij van vriezen nog en ijs."
- "Servaas moet verlopen zijn, voor de nachtvorst goed en wel verdwijnt."
- "Wie zijn schaap scheert voor St. Servaas houdt meer van wol dan van het schaap."

Drie is het heiliggetal en daarom rekent men er in de meeste landen maar drie tot de IJsheiligen.

In sommige landen wordt Sint Mamertus niet meegeteld, in andere landen hoort Sint Bonifatius er niet bij.

Vroeger werd o.a. in Duitsland en Zwitserland ook 15 mei (Sint Sophie) tot IJsheiligen gerekend.



San Mamerto



San Pancrazio



San Servazio



San Bonifacio di Tarso

I SANTI DI GHIACCIO (dall' 11 al 14 maggio)

Terugkeer

'k Heb maar een hoopje puin gevonden
waar eens mijn huis en 't schuurtje stonden.
En toen ik tussen die ellende
mijn eigen spulletjes herkende,
toen strompelde ik die mestvaalt op
en heb daar, net als eertijds Job,
met beide handen in de haren
veel uren zwijgend zitten staren.

Maar tusschen al die spullen
was iets, dat ze nooit breken zullen.
Ik heb daar, gaaf en ongeschonden,
mijn oude veerkracht weergevonden.
Ik ben gesterkt weer opgestaan
met frissche moed aan 't werk gegaan
ik moest de wereld gaan bewijzen,
dat Nederland weer zal herrijzen.

Ik heb de stukken en de brokken
vergaard en 'k ben er in getrokken.
Al is 't een schamele vertoning
ik heb tenminste weer een woning.
Mijn ruiten zijn nog van karton,
en 't meeste licht komt door het plafond.
En 's avonds hoef ik niet te sluiten
mijn voordeur ligt nog ergens buiten.

Nu lach ik smalend in mijn vuistje
want 'k zit weer in mijn eigen huisje.
Ik heb nog niet veel inventaris,
wat soms wel even een bezwaar is.
Ik heb geen bed en geen wc,
maar 'k ben niet meer evacu e.
Ik slaap weer op mijn eigen planken.
waarvoor ik niemand hoef te danken.

W.v.S. 1945

Het gedicht brengt de ondraaglijke tragiek van de oorlog terug tot menselijk (in)voelbaar en bijna tastbaar burgerleed.
Het getuigt van kracht, hoop en verlangen naar perspectief.



Telefoonnummers St. Jozef, Lent

Als elke seconde telt....	112
Huisartsenpraktijk Thermion: Spoed - afspraak - informatie Avonddienst - nachtdienst - weekenddienst	(024)-2082020 (024)-3523579
Apotheek de Waal	(024)-2036694
Politie, bureau Lent	0900 88 44
R.K. Parochie H. Maria Magdalena, Bemmelen Secretariaat	(0481) 45 13 71
Pastorale Wacht voor Ziekenzalving en Uitvaarten	(0481) 757 775
Pastorie N.H. Kerk	(0481) 48 14 57
Huize St. Jozef te Lent	(024) 381 36 00
Klantenservicebureau RijnWaal Zorggroep	(0481) 47 06 60
Centrale Cliëntenraad RijnWaal Zorggroep	(0481) 47 06 60
Vertrouwensarts: H.J. Schers	(024)-2082020
Tandartspraktijk Lent	(024) 323 00 30
Caritas	Caritaslent@gmail.com
Diaconie	(024) 323 43 45
Seniorenpastoraat en Vertrouwenspersoon: Drs. John Rademakers	(0481) 48 15 97 06 49 40 89 65
Het seniorennetwerk (SWON)	(024) 365 01 90
Regiotaxi WMO Vervoer Avan Reserveren liefst ruim 4 uur van tevoren Bij korter voor vertrek reserveren geldt een toeslag	088-2004100
Zonnebloem, afdeling Lent Voorzitter: A. Pennings	(024) 3578838 a.a.pennings@kpnmail.nl
Bel & Herstellijn	14 024
Dienst Sociale Zaken	(024) 329 92 22
Geestelijk verzorger Ellen Tijmes	(0481) 47 06 00

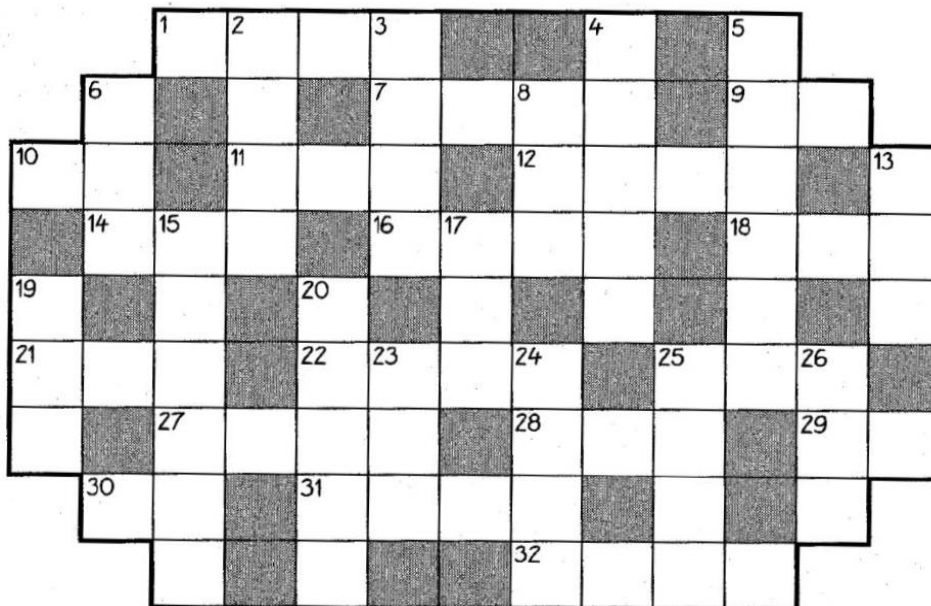
Kruiswoord

horizontaal

1 verbinding over een rivier, 7 gedachte over iets, 9 de tijd is ..!,
 10 je eigen persoon, 11 iets dat niet echt is, maar wel echt
 lijkt, 12 deel van een vuur, 14 verschrikkelijk, 16 dit houdt
 sinterklaas vast, 18 iemand uit ierland, 21 het alfabet, 22 ander
 woord voor dokter, 25 ik hou van 27 met deze munt betaal
 je, 28 op dit moment, 29 mi ... sol, 30 helemaal gebruikt, 31 dit
 ligt in de stal van een paard, 32 glas van een raam.

verticaal

2 kan om je vinger, 3 zit om een gebroken been, 4 anders dan
 je zou denken, 5 spel met stenen, 6 in orde, 8 bijbelse vrouw,
 13 grond om een boerderij, 15 uitleg hoe je een gerecht maakt,
 17 niet langer dan, 19 knaagdier dat lijkt op een muis, 20 een
 scheur in iets wat kan breken, 23 woordje dat je gebruikt als
 je iets heel vervelend vindt, 24 haren op de bovenlip, 25 maand
 tussen mei en juli, 26 vliegende schotel.



Mevrouw/Meneer:.....
 Kamer/appartement:.....

De oplossing kunt u t/m de 9de van deze maand inleveren bij:
 Sancta Maria, Huissen: in de bus van "Op de Hoogte" in de ontmoetingsruimte
 Liduina, Bommel: in de ideeënbus in de recreatiezaal
 St. Jozef, Lent: in de bus van "Op de Hoogte" bij de ingang van het restaurant
 St. Jozef, Gendt: afgeven bij de receptie

U BENT WEER OP DE HOOGTE!

St Jozef Gendt
Kloosterplein 4
6691 CX Gendt
0481 421338

St. Jozef Lent
Lentse Schoolstraat 29
6663 CP Lent
024-3813600

Liduina
Gouden Appel 120
6681 WP Bommel
0481-470600

Sancta Maria
Helmichstraat 22 - 26
6851 CC Huissen
026-3263300