

# OP DE HOOGTE

JULI 2024 - NUMMER 580 - JAARGANG 49



**Sancta Maria** Huissen

# Inhoudsopgave | Sancta Maria | juli 2024

<b>U kunt in dit nummer lezen over:</b>	<b>op pagina:</b>
Column Michel Hodes: Meerjarenbeleidsplan 2024 – 2028	3
Activiteiten juli 2024 – Sancta Maria, Huissen	4-5
Extra Activiteiten Juli 2024 – Sancta Maria, Huissen	6
Seniorenpastoraat: De waarde van luisteren	7-8
Evenementen Gemeente Lingewaard Juli 2024	8
Gezondheidshoekje	9
De maand Juli	10
Gedicht: Juli	11
En dan is er muziek.....	12
(Nog niet) droog achter de oren zijn	13
Zuster Anita: Sirene	14
Hans Hoen: Historische optocht	15-16
Weet u het nog?	17
Bewegen: iets is beter dan niets	18
Op deze dag, 16 juni 1482 – Jan van Schaffelaar springt van de Toren in Barneveld	19
De Visser	20
Telefoonnummers Sancta Maria, Huissen	21 – 22
Prijswinnaars puzzel juni 2024	22
Puzzel juli 2024	23

## Colofon

---

### Coördinatie

Liduina, Bommel	Rieky Otten, 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 <sup>de</sup> 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

# Meerjarenbeleidsplan 2024 – 2028

Zoals de titel al doet vermoeden zijn wij bezig met het maken van een plan voor de toekomst. U zult misschien denken: een meerjarenbeleidsplan, ja hoor daar gaan we weer. Met alle prachtige woorden die op een stuk papier geschreven zijn en waar niets van uitkomt. Dat is zeker niet de bedoeling en dat kan ook niet.

Dat stuk papier, het meerjarenbeleidsplan hebben wij op 14 mei jl. samen met de cliëntenraden (lokaal en centraal), de Ondernemingsraad én de Raad van toezicht gemaakt tijdens een grote bijeenkomst waar ook veel medewerkers van RijnWaal aan mee hebben gedaan.

Laat ik u meenemen in het waarom het niet kan.

De komende 20 jaar komen er veel ouderen bij en deze ouderen worden ook ouder wat gepaard gaat met meer behoefte aan ondersteuning, zoals zorg.

Daar komt bij dat de inkomsten voor ons als organisatie gaan dalen doordat de tarieven bevroren worden of teruggebracht worden (met de kennis van nu is dat zo).

Een volgend probleem is dat er minder medewerkers zijn die werken in alle sectoren, dus ook bij ons.

Kijk maar eens om u heen en wij zien veel vacatures bij sectoren als de politie, scholen, zorg, horeca, etc.

Dit alles bij elkaar maakt dus dat het echt niet anders kan, dan dat het anders georganiseerd moet worden en dat wij niet alles meer kunnen bieden zoals wij dat tot nu toe gedaan hebben.

Daarom is de "transitie" in onze sector zo belangrijk en moet deze eenvoudigweg wel slagen.

In de 'schijf van vijf', hiernaast afgebeeld, ziet u hoe de volgorde van de ondersteuning binnen RijnWaal er uit komt te zien.

Naast eigen regie en de inzet van hulpmiddelen wordt er ook een beroep op familie, naasten, vrienden en andere bekenden gedaan.

Zij waren meestal ook al in uw directe omgeving toen u nog thuis in de wijk woonde.

Wanneer u in een van onze huizen woont kunt u dit ook gewoon aan hen blijven vragen. Natuurlijk zijn wij daar op alle vlakken van ondersteuning (horeca, zorg, welzijn, huishouding etc.) bij betrokken en helpen wij u ook.

Wij houden u op de hoogte samen met de cliëntenraden.

Met vriendelijke groet,

**Michel Hodes**  
**Voorzitter Raad van Bestuur**

(0481) 470600  
[www.rijnwaal.nl](http://www.rijnwaal.nl)



## Activiteitenrooster juli | Sancta Maria, Huissen

	Datum	Tijd	Activiteit	Ruimte	Voor wie	Kosten
<b>Maandag</b>	1 juli	10.45 – 11.45 uur	Yoga	Klein Rosendael	Bewoners	Abonnement
		14.30 - 16.30 uur	Activiteiten en ontmoeten	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Dinsdag</b>	2 juli	14.30 – 16.00 uur	Soosmiddag	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Woensdag</b>	3 juli	14.30 – 16.00 uur	Activiteiten en ontmoeten	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Donderdag</b>	4 juli	10.00 – 11.30 uur	Creatief atelier	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Vrijdag</b>	5 juli	10.30 – 11.30 uur	Spel	Restaurant Het Rosendael	Bewoners	
<b>Zaterdag</b>	6 juli					
<b>Zondag</b>	7 juli					
<b>Maandag</b>	8 juli	10.45 – 11.45 uur	Yoga	Klein Rosendael	Bewoners	Abonnement
		14.30 - 16.00 uur	Activiteiten en ontmoeten	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Dinsdag</b>	9 juli	10.00 – 11.30 uur	Koffie moment voor bezoekers en aanleunwoning	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	Bezoekers: €3,50
		14.30 - 16.00 uur	Soosmiddag	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Woensdag</b>	10 juli	14.30 – 16.00 uur	Activiteiten en ontmoeten	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Donderdag</b>	11 juli	10.00 – 11.30 uur	Creatief atelier	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
		10.00 uur	Sancta Sing Along	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en bezoekers	
<b>Vrijdag</b>	12 juli	14.30 uur	Kerkdienst	Klein Rosendael	Bewoners en bezoekers	
<b>Zaterdag</b>	13 juli					
<b>Zondag</b>	14 juli					
<b>Maandag</b>	15 juli	10.45 – 11.45 uur	Yoga	Klein Rosendael	Bewoners	Abonnement
		14.30 - 16.00 uur	Activiteiten en ontmoeten	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Dinsdag</b>	16 juli	14.30 - 16.00 uur	Soosmiddag	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Woensdag</b>	17 juli	14.30 – 16.00 uur	Activiteiten en ontmoeten	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	




<b>Donderdag</b>	18 juli	10.00 – 11.30 uur	Creatief atelier	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Vrijdag</b>	19 juli	10.30 – 11.30 uur	Spel	Restaurant Het Rosendael	Bewoners	
<b>zaterdag</b>	20 juli					
<b>Zondag</b>	21 juli					
<b>Maandag</b>	22 juli	10.45 – 11.45 uur	Yoga	Klein Rosendael	Bewoners	Abonnement
		14.30 - 16.30 uur	Activiteiten en ontmoeten	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Dinsdag</b>	23 juli	14.30 – 16.00 uur	Soosmiddag	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Woensdag</b>	24 juli	14.30 – 16.00 uur	Activiteiten en ontmoeten	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Donderdag</b>	25 juli	10.00 – 11.30 uur	Creatief atelier	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Vrijdag</b>	26 juli	10.30 – 11.30 uur	Spel	Restaurant Het Rosendael	Bewoners	
		14.30 uur	Kerkdienst	Klein rosendael	Bewoners en bezoekers	
<b>Zaterdag</b>	27 juli					
<b>Zondag</b>	28 juli					
<b>Maandag</b>	29 juli	10.45 – 11.45 uur	Yoga	Klein Rosendael	Bewoners	Abonnement
<b>Dinsdag</b>	30 juli	14.30 – 16.00 uur	Soosmiddag	Restaurant Het Rosendael	Bewoners en Bezoekers	
<b>Woensdag</b>	31 juli					

**ALLE activiteiten  
op een rijtje**

# Sancta Maria

## EXTRA ACTIVITEITEN Juli

<p><b>Maandag 1 juli</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Bingo op inschrijven!</b> Tijd: 14.30-16.30 Voor wie: bewoners en bezoekers Kosten: intramuraal 6,- extramuraal 6,- Bewoners koffie/thee gratis</li> </ul>	<p><b>Snackmiddag</b> Tijd: aansluitend Bingo Voor wie: bewoners/bezoekers Kosten: €4,25</p> <p><b>Bezoekers pakket A</b> Inschrijven kan bij de kassa in het restaurant of via Tel: 0263263368</p>
<p><b>Donderdag 4 juli</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Jong Geleerd Oud gedaan</b> Tijd: 15.00 uur Voor wie: bewoners Klein groepje kinderen (max. 10) in de leeftijd van 4 tot 7 jaar komen kennis maken en een activiteit doen met onze bewoners.</li> </ul>	
<p><b>Dinsdag 9 juli</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gezamenlijk koffie moment</b> Voor Bewoners en Bezoekers vanaf 10.00 uur Kosten bezoekers €3,50</li> </ul>	
<p><b>Donderdag 11 juli</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sancta Sing Along</b> Tijd: 10.00 uur Voor wie: bewoners en bezoekers Kosten: gratis Samen zingen en muziek maken</li> </ul>	
<p><b>Donderdag 11 juli</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Wandelmiddag op inschrijven!</b> Tijd: 14.15 uur verzamelen, 14.30 uur vertrek Locatie: Restaurant het Rosendaal Voor wie: Bewoners Kosten: €3,50</li> </ul>	
<p><b>Dinsdag 16 juli</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gezamenlijk naar de Nijmeegse 4 Daagse lopers kijken en aanmoedigen</b> Voor wie: bewoners Kosten: gratis Vanaf 09.30 uur aan de straatzijde Helmichstraat de wandelaars aanmoedigen</li> </ul>	
<p><b>Woensdag 17 juli</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gezamenlijke broodmaaltijd met tosties op inschrijven!</b> Vanaf 15.00 uur koffie/thee en leuke activiteit Vanaf 16.15 uur gezamenlijk tosties eten €3,00 voor bewoners € 5,- voor familie/bezoekers</li> </ul>	
<p><b>Woensdag 24 juli</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Vakantie Bingo Gratis wel op inschrijven!</b> Tijd: 14.30-16.30 Voor wie: bewoners/familie/bezoekers Familie/bezoekers betalen alleen de consumpties</li> </ul>	

# Seniorenpastoraat: De waarde van het luisteren

Bij de opvoeding van kinderen vinden we het heel gewoon dat kinderen leren luisteren.

Dat kinderen geleidelijk aan leren je aan bepaalde gedragsregels aan te passen en niet steeds een eigen weg gaan.

Een proces dat bij ouders en andere opvoeders soms heel wat geduld vraagt. Het gaat toch om het leren van een levenshouding waarbij je ook anderen laat meetellen.



Dat wij mensen luisteren naar elkaar, dat politieke leiders luisteren naar wat er leeft in de samenleving aan vragen en zorgen.

Dat dit niet door mensen met macht begrepen wordt blijkt o.a. door de uitslagen van de 2e kamer verkiezingen in november verleden jaar.

Toen klonk: "Dit is het resultaat wanneer een regering, een bestuur in een land niet luistert naar wat er werkelijk leeft".

Er is gebrek aan daadwerkelijke aandacht voor de uitzichtloosheid van velen en het gebrek aan vertrouwen.

Eenzelfde gevoel is herkenbaar als we denken aan de situatie binnen de Katholieke kerk.

Dat gaat op voor de nog echt betrokken kerkmensen maar misschien nog meer bij hen die het ooit waren.

Het gevoel dat bij de kerkleiding meer de nadruk ligt op leer en regels.

Dat er nauwelijks wordt geluisterd naar wat er echt leeft zoals bij wat liefdesrelaties betekenen.

Gelukkig is er licht aan de horizon.

Paus Franciscus maakt steeds meer duidelijk dat de kerk er is voor alle mensen.

Tijdens de Wereldjongerendagen laat hij jongeren scanderen "para todos" – voor allen – De kerk is er voor allen.

Niemand wordt buitengesloten.

Voor al die mensen die zich niet aanvaard weten wil de kerk er zijn.

Paus Franciscus hecht daarom zelf grote waarde aan "het luisteren" naar wat er leeft in de gemeenschap van de kerk en wereld.

"Luisteren geeft de ander de ruimte om te bestaan. Luisteren is een daad van liefde."

Zo houdt hij jongeren voor.

En in oktober verleden jaar bij de Synode in Rome rond de Synodale weg waren er op zijn verzoek meerdere momenten van stilte.

Stilte waarin de deelnemers werden uitgenodigd biddend na te gaan wat Gods geest te zeggen heeft.

Het is een uitdrukkelijk aandacht voor wat er leeft in de wereld van de deelnemers waarvan ze als gelovigen deel van uitmaken.

Luisteren naar wat er bij mensen leeft aan geloof en ongeloof.

Hierbij mogen we denken aan de gelovige gemeenschap die in een veranderende maatschappij aangeeft hoe het leven nu is zoals in de beleving van relaties.

In deze lijn mogen we ook Paus Franciscus woorden zien in een interview in februari '24 over het document dat de zegeningen voor koppels van hetzelfde geslacht toestaat.

De paus beklemtoonde dat mensen "elkaar allemaal moeten respecteren" en verklaarde dat zegeningen moeten worden uitgebreid naar iedereen.

Zo ook voor hen die na een eerder huwelijk gescheiden, nu weer liefde bij elkaar hebben gevonden.

Er was kritiek op deze zegeningen binnen de kerk bij Curiemedewerkers Afrikaanse Bisschoppen en anderen.

Onze Nederlandse Bisschoppen waren terughoudend en gaven aan: "wel gebed uitspreken geen zegen".

Paus Franciscus gaf aan "Niemand is verontwaardigd als ik de zegen geef aan een ondernemer die misschien mensen uitbuit", en dat is een zeer ernstige zonde. Terwijl ze wel verontwaardigd zijn als ik die zegen geef aan een homoseksueel. Dat is hypocrisie!

We moeten elkaar allemaal respecteren. Iedereen.

Om het respect op te brengen voor elkaar als mensen onderstreept Paus Franciscus op meerdere plaatsen hoe belangrijk het is te luisteren naar wat er werkelijk leeft.

Zo schrijft hij aan jongeren die samenkomen in Taizé om 2024 in het teken van luisteren te zetten: "Luisteren geeft de ander de ruimte om te bestaan".

"Maak jullie dromen van liefde, gerechtigheid en vrede concreet en begin daarbij bij jezelf, om zo in een "wereld vol lawaai" de waarde van het luisteren te herontdekken. Luisteren is een daad van liefde".

Dat ligt aan de basis van vertrouwen.

Zonder luisteren kan er weinig groeien of ontwikkelen.

Op deze manier kan er een verschil worden gemaakt door samen op weg te gaan en met elkaar samen te werken.

Samen op weg gaan betekent dat je het pad naar uitsluiting en afwijzing van anderen links laat liggen.

### **Seniorenpastor John Rademakers**

Telefonisch bereikbaar op:

(0481) 48 15 97 of

(06) 49 40 89 65

\*\*\*\*\*

## **EVENEMENTEN GEMEENTE LINGEWAARD JULI 2024**

### **14 JULI**

#### **Internationaal Kapellenfestival Bommel**

o.a. De Leemkuulers en het Zwitserse Musikgesellschaft St. Urban

Tijd: vanaf 12.00 uur

Locatie: Marktplein Bommel

### **15 t/m 22 juli**

#### **Zwitserse Week**

Locatie optredens: Diverse locaties in Bommel

o.a. bij doortocht Vierdaagse Dorpsstraat

en bij Liduina (zie activiteitenrooster)

### **16 juli**

#### **Doortocht 4Daagse Lingewaard**

Locatie: Centrum Bommel

### **21 juli**

#### **Openlucht Vlooiemarkt Bommel**

Tijd: van 9.00 tot 16.00 uur

Locatie: Kinkelplein Bommel

### **30 juli**

#### **Huissense Dag 2024**

Met braderie en div. optredens

Tijd: vanaf 10.00

Locatie: Centrum Huissen





## Verantwoord in de zon

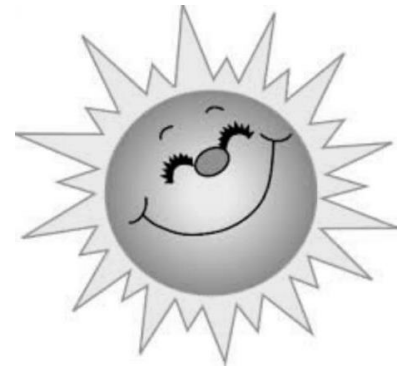
Van eind maart tot en met september is de kracht van de zon op zonnige dagen hoog genoeg om vitamine D op te doen. Dit is belangrijk voor onze gezondheid, maar veel zonneshijn kan schadelijk zijn.



Bij te lang onbeschermd zonnen kun je verbranden. Ook als je niet verbrandt kan te veel UV straling je huid beschadigen en zorgen voor snellere veroudering.

Tussen 12.00 en 15.00 uur 's middags staat de zon het hoogst aan de hemel en is de kans op verbranden het grootst.

Rond de langste dag is de zon het krachtigst en wordt een enkele keer zonkracht 8 gemeten. Bij zonkracht 6-8 kan een gevoelige huid al binnen een kwartier verbranden.



Dit zie je niet direct, want de roodkleuring die ontstaat door het verbranden wordt pas na enkele uren zichtbaar. Het is dan beter om midden op de dag niet in de volle zon te gaan zitten.

In de landen rond de Middellandse Zee kennen ze het verschijnsel "siësta". De mensen gaan daar nooit op het heetst van de dag in de zon zitten. In Zuid-Spanje komen de mensen pas na vijf uur het strand op. Dan kletsen, eten en drinken ze een paar uur en dan gaan ze weer naar huis

### Advies wanneer de zon het heetst is

- blijf uit de zon op het heetst van de dag
- draag een zonnebril of zonnehoed
- draag bedekkende kleding
- smeer je regelmatig in met voldoende zonnebrandcrème
- drink voldoende, ook als u geen dorst heeft
- vermijd inspanning, vooral tussen 12.00 en 16.00 uur



### Zorg voor elkaar!

Steek een helpende hand toe, als er in uw omgeving ouderen of zieken zijn, die hulp nodig hebben om deze adviezen op te volgen.

# Juli

Op het noordelijk halfrond is juli de tweede maand van de meteorologische zomer. Gemiddeld is juli de warmste maand van het jaar.

De gemiddelde temperatuur in juli ligt in landen met een landklimaat vaak hoger dan in de buurt van de oceanen.

Deze maand wordt ook wel de **hooimaand** genoemd en is de zevende maand van het jaar in de gregoriaanse kalender en heeft 31 dagen.

De maand is vernoemd naar de Romeinse dictator Gaius Julius Caesar.

**Zomervakantie!** Regio Zuid trapt af vanaf 6 juli

Deze zevende maand van het jaar staat ook wel bekend als de **sportmaand**.

Zo vinden er om de vier jaar de laatste wedstrijden van het **WK voetbal** plaats in deze maand.

Ook het grootste deel van de **Tour de France** valt altijd in deze maand.

In 2024 is de start van de **Ronde van Frankrijk** op zaterdag 29 juni om 12.00 uur en eindigt op zondag 21 juli.



**16 – 19 juli** - Nijmeegse Vierdaagse

**1 juli** - Herdenking Slavernijverleden

**1 tot 14 juli** - Tennis toernooi op Wimbledon

**3 juli** – Plastic Tassen-vrije dag – DOET U MEE?

**7 juli** – Wereld Chocolate dag

**18 juli** - Nelson Mandela dag. De Nelson Mandela-dag vindt plaats om wereldwijd mensen op te roepen zich in te spannen voor de wereldvrede door 67 minuten van zijn of haar tijd belangeloos hulp te verlenen aan anderen.

**26 juli - 11 augustus:** Olympische Spelen 2024 in Parijs

**28 juli** - Wereld Natuurbescherming dag

**30 juli** - Internationale dag van de vriendschap

# Juli

Het zoemt in juli  
en het houdt ook maar niet op  
De bijen, alle vogels  
hebben hun vleugels in de knop  
En het water ruist, de lucht die leeft  
alsof het wat te zeggen heeft

Het kleurt in juli  
Rode rozen, groener gras  
Het geel van al die boter  
op die bloemen  
het kristalliseren  
van mijn glas

Het zindert in juli  
En jij houdt ook maar niet op  
Jij neuriet de hele dag  
foute liedjes in mijn kop  
Ik ben gelukkig  
want jouw lach die kietelt mij  
in juli is mijn leven  
nog vrijer dan vrij

Het is zoetig in juli  
met de geur  
van slagroom en gebak  
De smaak van soesjes  
en Bossche bollen  
stelt mijn lichaam op gemak

Het is levendig in juli  
de dieren staan weer  
zij aan zij  
Maken kennis, lachen zachtjes  
dromen over alledaagse dingen  
En praten over  
koetjes en kalfjes

Herhaling zit in juli  
volgend jaar komt hij er weer aan  
Maar alsjeblijft  
behoud uw zonnebril

Want augustus komt er aan



## En dan is er muziek...

Muziek speelt een belangrijke rol in het leven van ouderen, niet alleen als bron van vermaak, maar ook als een hulpmiddel voor het bevorderen van welzijn en gezondheid.

### **Emotionele en Psychologische Voordelen**

Muziek heeft een groot effect op de emotionele en psychologische gezondheid van ouderen. Luisteren naar muziek die ze kennen en waarderen kan herinneringen oproepen en gevoelens van vroeger en verbondenheid versterken.

Dit kan vooral waardevol zijn voor ouderen die lijden aan dementie of Alzheimer, omdat muziek vaak herinneringen naar boven kan halen en hen een gevoel van eigenwaarde en houvast kan geven.

### **Cognitieve Voordelen**

Naast emotionele voordelen kan muziek ook de cognitieve functies bij ouderen verbeteren. Muziek luisteren en actief muziek maken bevorderen de hersenactiviteit en zo kunnen de hersenen in staat blijven om zich aan te passen aan nieuwe situaties, zelfs op oudere leeftijd. Muziek kan daardoor een positief effect hebben op het geheugen, de aandacht en het probleemoplossend vermogen.

### **Fysieke Voordelen**

Muziek kan ook bijdragen aan de fysieke gezondheid van ouderen.

Het luisteren naar ritmische muziek en het bewegen op muziek kan bijvoorbeeld de motoriek verbeteren.

Dit kan helpen om zo lang mogelijk mobiel te blijven.

### **Sociale Voordelen**

Tot slot kan muziek het sociale leven van ouderen bevorderen.

Muziekactiviteiten (in welke vorm dan ook) kunnen eenzaamheid verminderen en het sociale netwerk versterken.

Voor veel ouderen zijn sociale netwerken belangrijk voor het handhaven van hun levenskwaliteit en muziek biedt een toegankelijke manier om deze netwerken te ondersteunen en te verrijken.

### **Conclusie**

Het is duidelijk dat muziek een krachtig middel is om het welzijn van ouderen te ondersteunen en te verbeteren.

*Bert Siebelink  
Muziekagoog  
RijnWaal Zorggroep*



## (Nog niet) droog achter de oren zijn

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

**Waar komen deze uitdrukkingen vandaan?**

Wie nog niet droog achter de oren is, is jong en onervaren. Varianten van deze uitdrukking zijn "nog nat achter de oren zijn" en nog 'groen achter de oren zijn'.

Deze uitdrukkingen worden vaak een beetje spottend en neerbuigend gebruikt om aan jonge mensen te laten weten dat ze nog maar groentjes zijn en dus nog niet zoveel weten of kunnen - en dus maar beter hun mond kunnen houden. De term "groentje" is trouwens ontstaan doordat een jonge persoon werd vergeleken met de fris-groene kleur van jonge gewassen of met onrijp fruit. Al in het Nederlands van de Middeleeuwen had groen ook de betekenissen 'onervaren, onnozel'.



Nog niet droog achter de oren zijn had oorspronkelijk betrekking op pasgeboren kinderen. Baby's komen vochtig van het vruchtwater ter wereld.

De huid die niet rechtstreeks in contact komt met de buitenlucht en met de doeken waarin de baby wordt gewikkeld, droogt het laatst op.

Dat gebeurt dus ook met de huid achter de oren.

Misschien bleef die huid ook wel zo opvallend lang vochtig doordat pasgeboren kinderen meteen een mutsje op kregen.

Als iemands mening of opmerking wordt afgedaan met 'Ach, jij bent nog niet droog achter de oren', is dat dus eigenlijk een manier om te zeggen: jij bent nog maar een baby, wat weet jij er nou van?

"Nog niet droog achter de oren zijn" komt al lang voor in het Nederlands.

De schrijver Bredero gebruikte de uitdrukking al in 1612, in het toneelstuk "De klucht van de koe": "Maer of deuse knecht al drooch after syn ooren is."

In het Duits kwam de uitdrukking ook al in de zeventiende eeuw voor: noch nicht trocken hinter den Ohren sein, noch feucht hinter den Ohren sein en noch grün hinter den Ohren sein.

Sommige Duitse spreekwoordenboeken verklaren de oorsprong door naar pasgeboren dieren te verwijzen, zoals kalfjes of lammetjes, die door hun moeder worden droog gelikt. Daarbij zouden de oren dan het laatst aan de beurt zijn.

Het Engels kent de uitdrukking ook, als wet behind the ears.





# Sirene

Meneer was ontzettend prikkelgevoelig.

Hij was veel aan het schreeuwen.

Hij kon het niet meer uitleggen wat er aan de hand was, maar het leven was heel ingewikkeld voor hem.

We zetten hem in zijn rolstoel wel eens richting de muur, dat gaf zelfs al wat rust in zijn hoofd.

Tegenwoordig zijn er veel nieuwe ontwikkelingen die ingezet kunnen worden zoals bijvoorbeeld een snoezel-ruimte, maar zo'n 30 jaar geleden had je dat soort zaken nog niet.

Maar we hadden er wat op gevonden voor meneer.

Hij hield veel van kerkmuziek en als het hem weer eens te veel werd (schreeuwen), brachten we hem naar zijn kamer en zetten een cassettebandje op met 'zijn' muziek.

Zodra het cassettebandje aan het einde was, begon meneer echter weer te schreeuwen.

Zo hard, dat wij niet wisten hoe snel we op zijn kamer moesten komen om het bandje om te draaien!

Maar hij was er gelukkig mee en het bracht hem de rust die hij nodig had.

Af en toe kwamen mijn kinderen wel eens mee om mij op te halen van mijn werk, of één van hen was mee.

Dat was altijd wel erg leuk, voor de mensen op de afdeling en voor de kinderen zelf ook.

Op een dag was mijn zoontje van 7 jaar mee om mij op te halen.

Hij kende het verhaal van meneer al.

Dat de muziek hem rust gaf.

Meneer liet zich weer horen vanaf zijn kamer...

Ik moest snel even mijn jas en mijn spullen pakken en zou dan zijn cassettebandje nog even omkeren voor ik naar huis ging.

Toen ik weer terug op de afdeling kwam, was mijn zoontje verdwenen.

Waar was hij gebleven?

Maar meneer was ook weer stil zonder dat ik bij hem geweest was om het cassettebandje om te draaien, dus ik kreeg een vermoeden...

En jawel hoor.

Mijn zoontje was op de kamer van meneer.

Hij zat op de rand van zijn bed tegenover meneer in zijn rolstoel.

Het cassettebandje bleek al omgedraaid.

De kerkmuziek klonk weer helder door de kamer!

En het jochie hield zijn hand vast, gaf er klopjes op en zei:

'Stil maar hoor, het komt wel goed, mijn moeder komt zo... stil maar.'

En meneer?

Hij was echt weer rustig – zijn muziek deed het weer.

Of hij er veel van merkte dat mijn zoontje bij hem was, dat weet ik niet.

Maar nabijheid doet altijd goed.

Zacht tegen deze mensen praten ook.

Ik stelde mijn zoontje gerust.

'Lief van je, nu is het weer goed met meneer.

Zie, hij is rustig. Nou mag jij weer met me mee naar huis.'

Zuster Anita



# Eeuwen trokken door Huissens straten. Overweldigende belangstelling voor de Historische optocht.

Hoewel de vroege uren van de Zondagmorgen weinig goeds leken te voorspellen, hield god Pluvius zich tot grote opluchting en tevredenheid van de organisatoren der historische optocht schuil achter het wolkendek.

Zijn non-activiteit was oorzaak van een massale, tocht naar Huissen" vanuit de richting Arnhem en Nijmegen. Een dergelijke overweldigende belangstelling had men geenszins verwacht.

Rijen dik stond het publiek langs de straten en wegen, waarlangs de optocht zich voortbewoog.

In een keurig verzorgde costumering trokken tien eeuwen Huissens historie door de eeuwenoude straten van het stadje.

Na de wapenherauten openden de Bataafse vorsten Claudius Civilis en Julius Pauens de stoet der eeuwen, gevolgd door hun overweldigers, de Romeinen, met aan het hoofd de veldheer Drusus.

Als verzinnebeelding van de kerstening der Bataafse landen ging vervolgens de geloofsprediker Werenfried met zijn monniken in de stoet mede gevolgd door de Stadspatroon van Huisse, Sint Gangulphus, met zijn Frankische krijgslieden.

Huissen voert in zijn wapen de legendarische Lohengrin-zwaan.

Zo ging dan ook Lohengrin met zijn bruid Beatrijs in de stoet mede.

Voorts trokken dan o.m. aan de ogen der toeschouwers voorbij Graaf Rutger van Vlaanderen, Huissens eerste landheer, Graaf Johan 1 van Kleef, die Huissen in het bezit der stadsrechten bevestigde, Gravin Mechteld van Gelre, met haar drie mannen en de wapenherauten van de ridders en knapen van Over- en Neder-Btuwe, Pieter- en Bommelerwaard en Veluwe, benevens van de steden Huissen, Tiel, Zaltbommel, Wageningen, Harderwijk, Elburg, en Hattum.

De tweede Kleefse periode vond haar verzinnebeelding in Adolf van Kleef, Graaf van der Marck, die aan de Franciscanessen convent verleende om een convent te stichten binnen de stad.

In de strijd tussen het Kleefse en Gelderse huis om Huissen namen het voetbooggilde van St. Joris en het kruisbooggilde van St. Antonius een voorname plaats in.

Zo trokken zij mede, met in hun midden Hertog Johan van Kleef en zijn troepen, die gevangen Gelderse krijgslieden binnen de stad sleepten na het beleg en ontzet door Hertog Karel van Gelre in 1502.

Achtereenvolgens kwamen voorbij beelden uit de tijd der Spaanse Afscheiden, in het Interregnum, het rampjaar 1672, de Vrede van Nijmegen, alsmede de tijd, dat Huissen onder het Groothertogdom Berg behoorde en het Koninkrijk Holland.

In 1816 gaf de Gouverneur van Gelderland Lynden de proclamatie uit waarbij Huissen bij Gelderland werd ingedeeld.

Zo zag men dan de Gouverneur met burgers der stad om als laatste fragment uit de historie te worden gevolgd door de Dominicanen, die zich in 1859 binnen Huissen vestigden.

De historische optocht werd gevolgd door een allegorisch gedeelte, waarin middenstanders uit Huissen met wagens waren vertegenwoordigd.



Het geheel gaf een goede indruk niet alleen bij de bezoekers aan de feestvierende stad, doch ook bij de autoriteiten, onder wie de Commissaris der Koningin in de Provincie Gelderland, die vóór het Gemeentehuis de stoet gadesloegen.  
De historische optocht zorgde, dat de Zondag één der hoogtepunten van de feestweek werd.

Aldus het krantenartikel.

Bewerking: H. Hoen-Huissen-2012

Huissen 600 jaar Stad juli 1948

Uit **de Nieuwe Tijd** van vrijdag 16 juli 1948

R.K WEEKBLAD VOOR DE OVER-BETUWE

Uitgave: DE NIEUWE TIJD N.V. i.o.



\*\*\*\*\*

## Raadsel

Er is een heel klein diertje

Het helpt tegen pijn.

Welk diertje kan dat zijn?

Want je verslindt hem wel met huid en haar.

Ja, griezel maar een beetje,

Maar.....het is toch echt wel waar.

Nee, het is heus geen lolletje,

Het is een paraceta.....molletje.

# Weet u het nog?

## 20 juli 1969 – Vandaag is het 55 jaar geleden dat de Apollo 11 op de maan landt.

In de aanloop naar dit historisch moment, de zogenaamde space race tussen de Verenigde Staten en de Sovjet-Unie, nemen de kosmonauten lange tijd het voortouw. In 1957 wordt met succes de kunstmaan Sputnik I gelanceerd en in 1961 maakt Joeri Gagarin als eerste mens een ruimtereis.

De Amerikanen stellen zich tot doel om voor het eind van de jaren zestig een mens naar de maan te sturen. Door medewerking van een half miljoen mensen en de 27 miljard dollar die de Amerikaanse overheid in ruimteorganisatie NASA pompt, lukt het. Miljoenen kijkers rond de wereld horen de legendarische – ongetwijfeld ingestudeerde – soundbite van Armstrong: "That's one small step for [a] man, one giant leap for mankind" ("Dat is een kleine stap voor een mens, een reuzensprong voor de mensheid").



In Nederland is er veel belangstelling voor de gebeurtenissen rondom de Apollo missie. De eerdere Apollo-vluchten hebben veel indruk gemaakt. De maanlanding in de nacht van 20 op 21 juli 1969 wordt dan ook rechtstreeks en ononderbroken op televisie en radio uitgezonden.



Een aantal presentatoren wordt hierdoor onlosmakelijk verbonden met deze gebeurtenis. Televisiepresentator Henk Terlingen wordt door deze uitzending bekend als Apollo Henkie.

De radiopresentator Hugo van Rhijn praat Neil Armstrong haast de maan op:

"En we zien het been van Neil Armstrong!"

"Nu voor het eerst: voetstap op de maanbodem  
"Nu!"

"En daar staat ie op de maan, nu!"

Chriet Titulaer treedt op de bewuste avond op als deskundige en vestigt hiermee zijn reputatie.

Er volgen nog vijf maanlandingen (de laatste in december 1972), maar deze krijgen lang niet zoveel media-aandacht als de eerste.

# Bewegen: iets is beter dan niets!

## Elke minuut telt

Ook activiteiten die slechts vijf minuten duren tellen mee. U hoeft dus niet dagelijks 30 minuten achter elkaar actief bezig te zijn.

## Iets is beter dan niets

Is deze aanbevolen hoeveelheid u net iets te veel? Geen probleem. Alle beetjes helpen. Begin met wat u aankan en bouw het rustig op.

## Meer mag altijd

Hoe meer u beweegt, des te groter de gezondheidswinst is. Kunt u meer aan dan de aanbevolen 150 minuten bewegen per week? Beweeg dan vooral meer, luidt het advies.

## Spierversterkende en botversterkende oefeningen

Spierversterkende oefeningen zorgen ervoor dat u langer activiteiten kunt blijven uitvoeren zonder afhankelijk te zijn van anderen. Daarnaast zorgen botversterkende oefeningen ervoor dat het risico op botbreuken verlaagt. Probeer daarom minimaal tweemaal per week aan (lichte) 'krachttraining' te doen.

## Balansoefeningen

Met balansoefeningen verlaagt u het risico op vallen. Probeer daarom oefeningen te doen waarbij u stilstaat op een been of een voorwerp van de grond moet oppakken.

## Extra hulp

Beweegt u liever onder begeleiding of in gezelschap van anderen? Dan kunt u ervoor kiezen om eens langs te gaan bij een sportvereniging in de buurt. Daarnaast kunt u voor specifieke begeleiding terecht bij een fysiotherapeut. Een geriatriefysiotherapeut is specifiek gericht op het begeleiden van ouderen.





## Op deze dag, 16 juli 1482 – Jan van Schaffelaar springt van de Toren in Barneveld

Het verhaal van Jan van Schaffelaar is één van de bekendste verhalen uit de tijd van de zogenaamde Hoekse en Kabeljauwse twisten, een periode waarin twee facties binnen de elite van het graafschap Holland met elkaar overhoop lagen.

Er is eigenlijk maar weinig bekend over Jan van Schaffelaar.

Zo is bijvoorbeeld onduidelijk waar en wanneer hij werd geboren.

Vermoed wordt dat Van Schaffelaar eind vijftiende eeuw als ruiteraanvoerder gelegerd was op kasteel Rosendaal in Rozendaal.

In het conflict tussen de Hoeken en de Kabeljauwen koos de aanvoerder de zijde van de Kabeljauwen.

Op 16 juli 1482 zou hij met zo'n twintig mannen in Barneveld de toren van de huidige Oude Kerk hebben veroverd.

De toren werd hierna echter al snel beschoten door de Hoeken uit Nijkerk en Amersfoort. De Kabeljauwen zaten ingesloten en nadat enkele van hen waren gedood, besloot men te onderhandelen over overgave.

De Hoeken lieten echter weten de overgave alleen te accepteren als Jan van Schaffelaar door de andere mannen naar beneden zou worden gegooid.

De Kabeljauwen weigerden dit.

Om te voorkomen dat alle mannen werden gedood, besloot Jan van Schaffelaar hierop om dan zichzelf maar van de toren te werpen.

Voor hij dit deed sprak hij volgens de overlevering de volgende woorden:

“Lieve gesellen, ic moet ummer sterven, ic en wil u in geenen last brenghen”.

(Lieve gezellen, ik moet toch eenmaal sterven, ik wil u geen moeilijkheden bezorgen).

Jan van Schaffelaar overleefde de val, maar werd beneden alsnog door de Hoeken gedood.



## De Visser

Een rijke fabriekseigenaar zag tot zijn afschuw een visser lui naast zijn boot liggen en een pijp roken.

'Waarom ben je niet aan het vissen?' vroeg de fabriekseigenaar.

'Omdat ik genoeg vis heb gevangen voor vandaag' zei de visser.

'Waarom vang je er niet nog een paar?'

'Wat zou ik ermee moeten?'

'Je zou geld kunnen verdienen' luidde het antwoord.

'Daarmee zou je een motor op je boot kunnen laten monteren om verder de zee op te gaan en meer vis te vangen.

Dan zou je genoeg verdienen om nylon netten te kopen en die zouden je nog meer vis en meer geld opleveren.

Al gauw zou je genoeg geld hebben om twee boten te bezitten, .....misschien wel een hele vloot.

Dan zou je een rijk man zijn, net als ik.'

'Wat zou ik dan doen?' vroeg de visser.

'Dan zou je werkelijk van het leven kunnen genieten.'

'En wat denk je dat ik nu aan het doen ben?' antwoordde de visser.



## Telefoonnummers Sancta Maria, Huissen

<b>Zorgcentrum Sancta Maria</b>	<b>(026) 326 33 00</b>
<b>Huisartsenpraktijk Polseweg: Polseweg 17, Huissen</b>	<b>(026) 325 09 08</b>
<b>Huisartsenpraktijk Oostveen en Kamp: van Voorststraat 1, Huissen</b>	<b>(026) 325 11 66</b>
<b>Huisartsenpraktijk: Plaza 7, Huissen</b>	<b>(026) 325 06 91</b>
<b>Huisartsenpraktijk: Plaza 3, Huissen</b>	<b>(026) 325 12 31</b>
<b>Huisartsenpraktijk: Raadhuisplein 2, Huissen</b>	<b>(026) 325 06 09</b>
<b>Huisartsenpraktijk Jupiter: van Gelrestraat 4a, Huissen</b>	<b>(026) 325 16 28</b>
<p><b>Huisartsenposten in regio Arnhem voor Spoed:</b></p> <p><b>Huisartsenpost Arnhem-Noord</b> Wagnerlaan 55, Arnhem (naast de Spoedeisende Hulp in Rijnstate) Dagelijks van 17.00 tot 08.00 uur Weekenden en feestdagen 24 uur per dag</p> <p><b>Huisartsenpost Arnhem-Zuid</b> Mr. D.U. Stikkerstraat 122, Arnhem Dagelijks van 17.00 tot 23.00 uur Weekenden en feestdagen van 08.00 tot 23.00 uur</p> <p><b>Huisartsenpost Zevenaar</b> Hunneveldweg 14B, Zevenaar Dagelijks van 17.00 tot 23.00 uur Weekenden en feestdagen van 08.00 tot 23.00 uur</p>	<p><b>0900 15 98</b> <b>(026) 389 96 96</b></p>
<b>Vertrouwensarts: H.J. Schers</b>	<b>(024) 309 45 00</b>
<b>Zuider Apotheek Huissen, Zilverkamp, Brink 4, Huissen</b>	<b>(026) 325 21 20</b>
<b>Medsen Apotheek Loovelden, Plaza 1, Huissen</b>	<b>(026) 325 32 55</b>
<b>Zuider Apotheek Huissen - Angeren, Polseweg 17, Huissen</b>	<b>(026) 325 55 03</b>
<b>Zuider Apotheek Huissen Centrum, van Voorststraat 1, Huissen</b>	<b>(026) 205 12 77</b>

<b>Fysiotherapie Huissen, van Gelrestraat 4, Huissen</b>	<b>(026) 325 20 65</b>
<b>Fysiopunt, Mecklenburg 3, Huissen</b>	<b>(026) 389 10 66</b>
<b>Fysiotherapiepraktijk van Oeyen, Lemoen 14a en Van Voorststraat 1, Huissen</b>	<b>(026) 325 38 53</b>
<b>Fysiotherapie M. van der Ploeg, Jan Joostenstraat 40a, Angeren</b>	<b>(026) 325 52 72</b>
<b>Politieteam Gelderland-Midden</b>	<b>0900 88 44</b>
<b>Participatiepunt Huissen: Sancta Maria</b>	<b>(088) 255 25 30</b>
<b>Protestantse Gemeente, Huissen</b>	<b>(026) 325 34 21</b>
<b>R.K. Parochie H. Maria Magdalena, Bemmeler Secretariaat</b>	<b>(0481) 45 13 71</b>
<b>Pastorale Wacht voor Ziekenzalving en Uitvaarten</b>	<b>06 83 65 82 20</b>
<b>Geestelijk Verzorger Erik van Doesburg</b>	<b>06 58 08 43 17</b>
<b>Seniorenpastoraat en Vertrouwenspersoon: Drs. John Rademakers</b>	<b>(0481) 48 15 97 06 49 40 89 65</b>
<b>Klantenservicebureau RijnWaal Zorggroep</b>	<b>(0481) 47 06 60</b>
<b>Centrale Cliëntenraad RijnWaal Zorggroep</b>	<b>(0481) 47 06 60</b>

## **Prijswinnaar puzzel juni 2024**

De puzzel is gewonnen door:

in Sancta Maria, Huissen:

Mevrouw Bos

Altena 6A

in Liduina, Bemmeler:

Mevrouw Zweers

Appartement 224

in St. Jozef, Lent:

De heer/Mevrouw Martens

Appartement 45-1

in St. Jozef, Gendt:

Mevrouw Kregting - Berns


Kamer 118



Proficiat en u ontvangt binnenkort uw prijs!



# PUZZEL JULI 2024 – Zweeds Raadsel

groet		vrucht	5	overblijfsel		prent	waterkering		familieid			
woestijn-dier							dans					
8						schaakterm						
						spoorstaaf						
zangstem				fijne geur				3				
in het midden				opstootje								
								uitgave				
drukkend warm	grasland		opplakbriefje			11						
1					bergplaats							
deksel		vreemde munt					desktop-publishing	12	mop			
zangnoot										in opdracht		
huid										barens-pijn		4
6												
Amerika (afk.)	vogelbek						telwoord	verfstof				
		9	kloosterzuster		uitgezette lijn	inhoudsmaat						
nummer			zwaardwalvis				hetzelfde	2	deel v.d. voet			
blijkens de akten			ad acta (afk.)									
		laborant										
		bijbelse vrouw										
nagerecht				sine anno	7	aanwijzend vnw.						
water-vlakte						ambts-halve						
	13		alarmtoestel									
magma					voorteken				10			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

Meneer/Mevrouw:.....  
 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, Bemmelen: 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