

Nieuwsbrief

Voor en door cliënten van Zorggroep Achterhoek

herfst 2023

in verbinding met elkaar · in verbinding met elkaar · in verbinding met elkaar



Deze nieuwsbrief:

[Interview met Bram](#)

[Op excursie naar...](#)

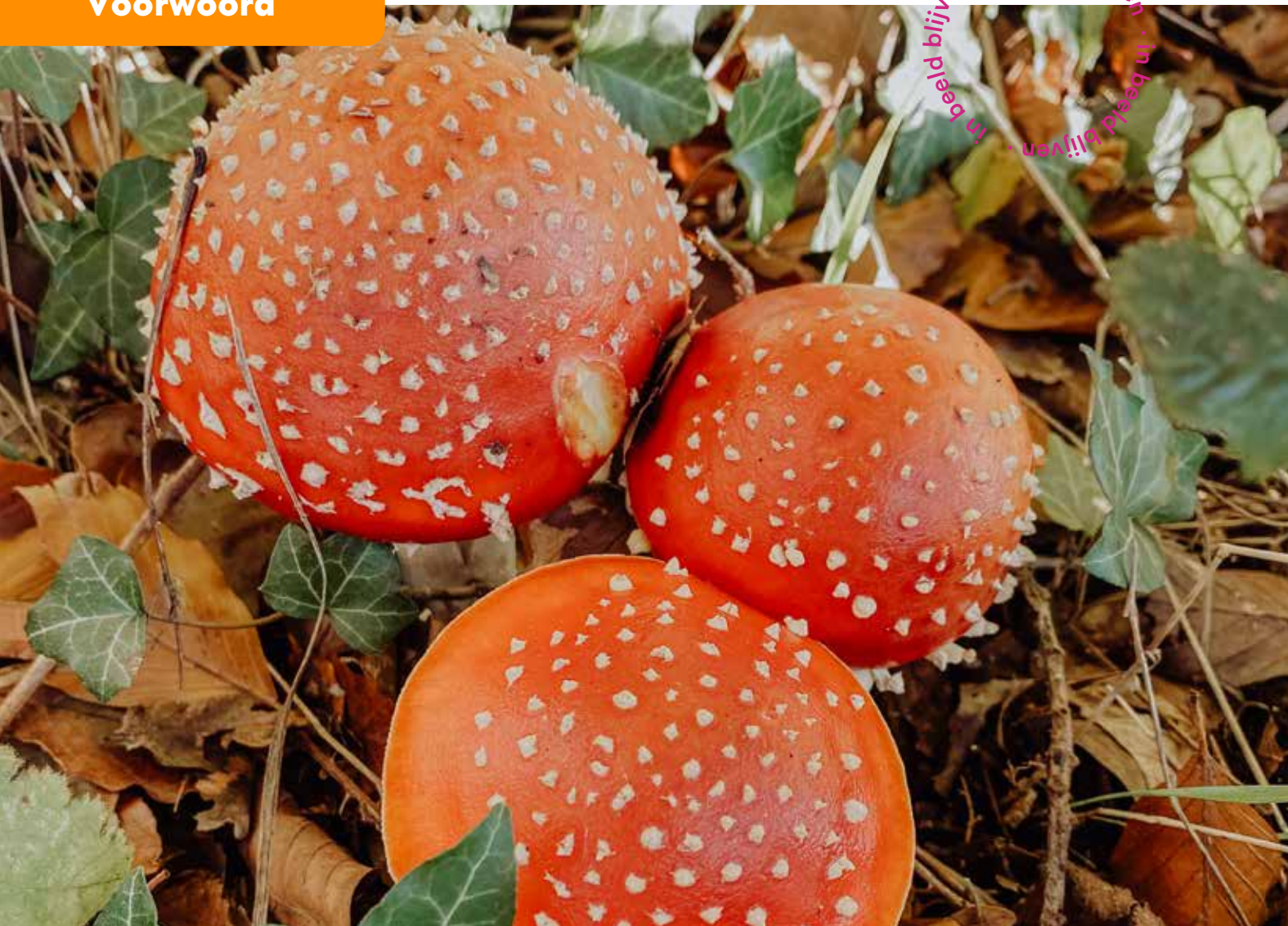
[Open \(buren\) dag Groenendaal](#)

[Besparingstips](#)

[De Voedselbank](#)

[Column van Denise](#)

Voorwoord



De herfst is duidelijk begonnen. Misschien wel het mooiste seizoen van het jaar. Met de blaadjes die van de bomen zijn gevallen en de mooie warme herfstkleuren die buiten te zien zijn. Heb je al paddenstoelen gezocht in het bos? Die zijn nu ook volop te vinden. Leuk om eens op pad te gaan hiervoor!

Het is ook steeds vroeger donker en het is kouder. Een winterjas heb je nu echt wel weer nodig. Bovendien staan de feestdagen weer voor de deur: Sinterklaas, Kerst- en oud & nieuw. De tijd van gezelligheid! Blader snel verder om te zien wanneer de Kerstbeleving bij de Spot gepland is, dan kun je die datum alvast in je agenda vrij houden.

Toch kan het soms ook extra lastig zijn om rond te komen in deze maanden. Helemaal om dat alles al duurder

was geworden de laatste tijd. In dit magazine geven we tips om kosten te besparen. Niet alleen nu, maar het hele jaar door. Bij het doen van boodschappen, het kopen van spullen en kleding en nog veel meer. Er zit vast een goede tip voor je tussen.

Hou je van een beetje pittig eten? Blader dan snel door naar het recept dat ze bij de Elzen maakten. En ben je benieuwd wie er deze keer in de spotlight staat? Kijk dan op pagina 22.

Veel leesplezier toegewenst!



INHOUDSOPGAVE

01	Voorwoord
02	Inhoudsopgave
03 - 06	Interview met Bram
07 - 08	Excursie en activiteiten
09 - 10	Besparingstips
11 - 12	Energiewijzer
13 - 14	De Voedselbank
15 - 16	Recept: pittige boontjes
17	Column: slim boodschappen doen met Denise
20	In de spotlight: Destiny
22	Herfstpuzzel
23	Wist-je-dat?



Bram



jouw eigen leven leiden · jouw eigen leven leiden ·

Bram woont al ruim anderhalf jaar bij de Elzen en heeft meerdere passies. Eentje daarvan is houtgraveren; met deze hobby stelt hij zijn motoriek op de proef en het kalmeert hem. Tijd om hem het hemd van het lijf te vragen!

Hoe ben je bij Zorggroep Achterhoek terecht gekomen?

Ik had eerst twee jaar een ambulante begeleider, die bij mij thuis kwam (bij mijn ouders). Via haar zijn we toen bij Zorggroep Achterhoek gekomen. Na een gesprek bij de gemeente kreeg ik een kennismaking en rondleiding bij ZGA. Dit paste wel bij mij. Ik zag in dat ik hier kon groeien, zodat ik uiteindelijk op mezelf kan gaan wonen.

Hoe lang woon je al bij de Elzen?

1 jaar en 7 maanden.

Waar krijg je hulp bij?

Ik ben aan het leren om te koken, ik werk aan mijn persoonlijke verzorging en ik leer ritme te krijgen. Ook leer ik 'nee' zeggen, voor mezelf op te komen en te praten over emoties en gevoelens. De begeleiding ondersteunt mij hierbij, dit doen ze voornamelijk door mij te herinneren en eventueel te helpen.

Wat kun je zelf sinds je hier woont?

Ik heb geleerd beter voor mezelf op te komen en word minder snel boos doordat ik beter met mijn emoties om kan gaan. Daarnaast ben ik zelfstandiger geworden en minder afhankelijk

van ouders.

Kun je iets vertellen over de successen die je behaald hebt?

Ik ben blij dat ik nu beter kan opkomen voor mezelf en anderen. Regelmatig werken. Betere band met mijn gezin. Ik heb mijn eigen hond (Max), waar ik erg trots op ben.

Wat doe je in het dagelijks leven? Maak je gebruik van bijvoorbeeld de dagbesteding, sport je, doe je ergens (vrijwilligers) werk?

Ik werk bij Work-Orange in Zutphen, daar doe ik productiewerk voor bijvoorbeeld de Action. Ik loop elke dag met de hond, ik kijk graag naar



“Ik ben blij dat ik nu beter kan opkomen voor mezelf en anderen.”



worstelen en voetbal. Ik ben verzorger van Brummen 4, een voetbalelftal. Dit doe ik in het weekend.

Wat is je passie of wat vindt je leuk om te doen? Hoe ben je hier mee in aanraking gekomen?

Worstelen, formule 1 en voetbal. Lego bouwen, gamen en hout graveren.

Wat vind je daar zo leuk aan?

Hout graveren: Het kalmeert mij en ik ben daar erg precies in. Het maakt me blij dat ik mijn motoriek op de proef stel en uitdaag.

Worstelen/voetbal/formule 1: Het maakt me blij, ik ontsnap even uit de werkelijke wereld, ik kijk het graag met familie/vrienden en dat maakt ook dat ik meer sociale contacten heb gekregen.

Heb je nog bijzondere momenten waar je wat over kunt vertellen?

Toen Daniel Bryan De WWE World Heavyweight Championship won op WrestleMania 30. Maar ook toen ik mijn opleiding Logistiek haalde.

Hoeveel tijd besteed je daaraan?

Hout graveren: Ik doe het nu niet heel veel meer, maar als ik bezig ga dan zit ik zo 3 uur.

Worstelen/voetbal/formule 1: Als de wedstrijden op tv/YouTube zijn, voornamelijk in de avonduren of in het weekend.

Wat is je leukste ervaring?

De Johan Cruijff Arena, ik ging naar een wedstrijd van Ajax.

Waar ben je trots op?

Op Max, mijn hond. Dat ik mijn opleiding heb gehaald, dat ik werk heb. En mijn gezin.

Doe je nog iets om je kennis daarover te verbreden? Volg je een cursus, lees je boeken of kijk je video's?

Ik lees boeken en kijk video's via YouTube.

Wat zou je graag nog willen doen met je passies?

Dat ik het blijf doen zoals ik het nu doe.

Heb je verder nog iets wat je graag wilt vertellen?

Dat ik positief ben over het wonen op de Elzen en dat ik het een fijne organisatie vind.



Excursies en activiteiten

Waterfietsen

Voor even gaan we zo'n twee eeuwen terug in de tijd.

Op dinsdagmiddag 5 september stond er een hele leuke kwartaalactiviteit vanuit de bewegingsagogen op het programma, namelijk waterfietsen!

Iedereen mocht om 12:00 uur verzamelen bij de Spot, waar we de middag begonnen met een heerlijke lunch. Deze lunch was gemaakt door de deelnemers van het leefstijlprogramma, dat in de ochtend plaatsvond. Na het eten van de lekkere gezonde sandwiches reden wij met de bus en auto naar natuurpark de Leemputten in Groenlo.

Eenmaal daar, smeerde iedereen zich goed in. Het was namelijk een prachtige, zonovergoten dag! We kregen een goede uitleg en stapten toen allemaal in de waterfietsen. Dit was een hele belevenis. Het bijna 5 hectare grote water kent kleine doorgangetjes, mooie eilandjes en vele dieren zowel in het water als op het land.

Het was een heerlijk ontspannen activiteit waar heel wat afgelachen werd! Na deze leuke activiteit mocht iedereen nog een lekker ijsje uitkiezen. Dat kon natuurlijk niet missen met de 31 graden!

Met veel enthousiasme keerden we later huiswaarts. Het was een hele gezellige, geslaagde dag!



(Open) Burendag Groenendaal

Op zaterdag 23 september was het nationale Burendag. Deze dag is er om verbinding in de buurt te stimuleren.

Zoals elk jaar gaven wij op deze dag aandacht aan de burens van alle woonlocaties. De burens hebben dit jaar een heerlijke Kletsboek ontvangen met een kaartje. Deze zijn bezorgd door de bewoners van de locaties.

Groenendaal staat midden in de wijk Schöneveld. Deze woonlocatie was op Burendag open voor de buurt. De burens van Groenendaal mochten een kijkje nemen achter de voordeur. Dat is zeker gebeurd! Er kwam een leuk aantal bewoners langs.

De bewoners van Groenendaal deelden koffie uit met iets lekkers. Onder het genot van de kop koffie in de gemeenschappelijke ruimte werd van alles en nog wat met elkaar besproken. Bewoners vertelden daarbij over het wonen bij Groenendaal en ook trots over creaties

die zij gemaakt hebben bij de Spot.

De sfeer was erg gemoedelijk en gezellig. Buurtkinderen kleurden of speelden een spelletje. Er werd door sommige bewoners en burens aan elkaar beloofd om voortaan te zwaaien naar elkaar! Een mooi staaltje Noaberschap!

burendag 2023
burendag 2023
burendag 2023



Besparingstips

Veel mensen hebben moeite om rond te komen van hun inkomen, vooral nu de prijzen van veel producten en diensten zijn gestegen. Het kan lastig zijn om de eindjes aan elkaar te knopen wanneer de kosten van levensonderhoud blijven stijgen, terwijl het inkomen hetzelfde blijft. Een van de grootste uitdagingen is het vinden van manieren om te besparen op dagelijkse uitgaven. Deze tips helpen je hierbij.

Kledingbank

In Nederland zijn zo'n 50 kledingbanken. Kledingbanken bieden goede bruikbare kleding aan mensen die het hard nodig hebben, maar het zelf niet (meer) kunnen betalen. Het is bedoeld voor mensen die onder de armoedegrens leven. De kleding wordt op maat en kledingsoort gesorteerd en in de winkel gehangen. Er zijn onder andere kledingbanken te vinden in Apeldoorn, Dieren, Doetinchem, Montferland en Winterswijk. Je hebt een doorverwijzing nodig om hier naartoe te mogen.

Kun jij ook moeilijk rondkomen? Misschien kun jij hier dan ook terecht. Je begeleider kan je hier verder mee helpen.

Weggeefkasten

In heel Gelderland staan op dit moment 82 weggeefkasten van Gelderland Helpt. Mensen die spullen over hebben kunnen ze in de weggeefkasten plaatsen. Iemand anders die de spullen goed kan gebruiken, kan de spullen gratis meenemen. Zo maak je iemand anders blij met de voorwerpen die je niet meer nodig hebt. Je vindt in deze kasten geen voedsel. Altijd leuk om even te kijken of er nog iets in de weggeefkasten staat dat jij nodig hebt.

Benieuwd wat je bij jou in de buurt een weggeefkast vindt? Kijk dan op www.gelderlandhelpt.nl/weggeefkasten

Too good to go

Er is veel voedsel dat in de afvalbak beland. Dit is

natuurlijk zonde! Too Good To Go heeft hier een oplossing voor bedacht. Met de Too Good To Go-app zorg je ervoor dat onverkocht eten niet wordt weggegooid. Gebruik de app om bij jouw buurtwinkels en -restaurants een verrassingspakket tegen een voordelige prijs te zoeken en van verspilling te redden. Je betaalt voor deze pakketten 1/3 van de normale prijs. Goed voor jouw portemonnee én voor de planeet!

Download de app in Google Play, de App Store of de Huawei Appgallery.

Weggeef- en ruilhoek De Spot

Bij De Spot is een weggeef- en ruilhoek te vinden. Hier vind je kleren, schoenen en verzorgingsproducten. Je mag hier wat uitzoeken en als je zelf iets over hebt, mag je dit achterlaten. Je kunt er dan weer iemand anders blij mee maken. Iedereen die zorg ontvangt van Zorggroep Achterhoek mag gebruik maken van de weggeef- en ruilhoek. Dus wandel gerust binnen en neem een kijkje!

Kringloopwinkels

Kringloopwinkels zijn ontstaan om het milieu te sparen. Als mensen spullen bij een kringloopwinkel brengen worden er minder spullen weggegooid. De spullen die bij de kringloopwinkels gebracht zijn worden hergebruikt. In kringloopwinkels kun je de ingebrachte spullen voor kleine prijzen kopen. Ben je benieuwd welke kringloopwinkels er allemaal bij jou in de buurt te vinden zijn?

Op www.allekringloopwinkels.nl vind je alle kringloopwinkels bij jou in de omgeving.

Weggeefhoeken social media

Zit je op Facebook of op Instagram? Hier vind je allemaal weggeefhoeken. Op deze accounts worden gratis spullen aangeboden. Dit kan van alles zijn: meubelen, accessoires, speelgoed, eten en nog veel meer. Iemand die spullen over

heeft kan ze aanbieden op deze groepen. Als je interesse hebt in deze spullen kun je reageren op deze berichten en als je geluk hebt mag je het gratis ophalen. Je kunt op de pagina lezen wat de regels in een groep zijn.

Zoek in het zoekveld op Facebook of Instagram naar 'weggeefhoek + jouw plaatsnaam' en zo vind je groepen bij jou in de buurt.



Zorggroep Achterhoek

Energiewijzer

Keuken

- deksel op de pan tijdens het koken bespaart warmte
- niet onnodig de koelkast open laten staan of het gas aan laten
- eten eerst af laten koelen voor je het invriest
- 1 keer per jaar de vriezer ontdooien

Apparaten

- haal de stekkers uit het stopcontact
- zet apparaten helemaal uit, niet op stand-by
- laad apparaten niet langer op dan nodig is

Wassen en drogen

- geen halve wasjes, vul de trommel helemaal
- was zo koud en kort mogelijk
- hang je was op in plaats van in de droger

Verwarming

- zet de verwarming alleen aan in ruimtes waar je aanwezig bent
- zet voor het slapen gaan de thermostaat op 15 graden
- doe de gordijnen dicht
- doe de deuren in huis dicht

Badkamer

- douche zo kort mogelijk, maximaal 5 minuten. Gebruik een kookwekker, een douchetimer of zet het alarm op je telefoon om de tijd in de gaten te houden.
- zet de kraan uit tijdens het tandenpoetsen

Overige tips

- vervang oude lampen voor LED lampen
- doe het licht uit in ruimtes waar je niet bent
- koop je een nieuw apparaat? Let op het energielabel!

Zorggroep Achterhoek draagt graag bij aan een duurzame samenleving. Daarbij hoort bewust omgaan met het milieu en energie. Wij helpen iedereen met deze energiewijzer om verantwoord met energie om te gaan bij het wonen.

*Help je mee
besparen?*

Voedselbank



In een rijk land als Nederland is helaas de Voedselbank hard nodig. Veel mensen komen met hun inkomsten onder het sociale minimum. Voor die mensen biedt de Voedselbank tijdelijk voedselhulp. Renate en Berrie vertellen over hun ervaring.

Renate

Hoelang kom je al bij de Voedselbank?

Al wel bijna 9 jaar. Ik ga er op vrijdag samen met mijn begeleidster naartoe om het pakket op te halen.

Hoe ben je bij de voedselbank terecht gekomen?

Hiervoor heb ik in Malden gewoond en daar ging ik ook naar de Voedselbank. Toen ik in Doetinchem ging wonen en bij Zorggroep Achterhoek terecht kwam vroeg ik aan mijn begeleidster of hier ook een Voedselbank is. Toen dat zo bleek te zijn heeft mijn begeleidster mij geholpen mij hiervoor aan te melden.

Wat zit er allemaal in de pakketten?

Dat is best veel en iedere keer weer anders. Ik krijg een pakket voor 1 persoon en kan meestal kiezen uit 2 á 3 stukken vlees, vis of een vleesvervanger. Er zitten ook verschillende melkproducten in, zoals (biologische) melk, yoghurt en soms toetjes. Ook krijg ik meestal 2 of 3 soorten groenten aangeboden. Meestal verse groente, soms uit een potje. Bij het brood kun je vaak kiezen uit gewoon brood of bolletjes. Ik kies meestal 4 halfjes. Soms zit er ook kaas bij.

Wat vind je van de pakketten?

Ik ben blij dat ik het krijg. Soms krijg ik eten bij de pakketten aangeboden dat ik niet lekker vind, waarvan ik niet goed weet hoe ik het klaar moet maken of wat niet in mijn dieet past. Dan zeg ik gewoon dat ik het

niet hoeft te hebben of ik geef het aan een buurvrouw. Ik vind het zonde om weg te gooien. Ik heb maar een kleine diepvries, dus teveel diepvriesproducten in één keer is ook niet handig, want dan kan ik het niet kwijt. Ik kom een aardig eind met de pakketten. Ik ben creatief geworden in het maken van maaltijden met de inhoud.

Haal je zelf ook nog boodschappen in de supermarkt? Zo ja, wat dan zoal?

Soms koop ik er nog wel wat bij om de maaltijd compleet te maken, zoals een sausje of extra soort groente. Er is niet één supermarkt waar ik altijd naartoe ga. De supermarkten die altijd goedkoper waren, zijn nu ook duur. Ik let vooral op aanbiedingen en de prijs van het product. Dit heb ik van jongs af aan al van mijn moeder geleerd.

Wil je er verder nog iets over zeggen?

Ik ben heel blij dat het er is. Rondkomen met leefgeld lukt niet als je daar alle boodschappen van moet doen. Ik schaam me er ook niet voor. Ik kan er niets aan doen dat ik een beperking heb. Het maakt mij niks minder waard dan andere mensen.



Berrie

Hoelang kom je al bij de Voedselbank?

Ik kom al ruim 5 jaar bij de voedsel bank.

Hoe ben je bij de voedselbank terecht gekomen?

Ik ben daar terecht gekomen via mijn vorige zorgverlener.

Wat zit er allemaal in de pakketten?

In de pakketten zitten onder andere aardappels, uien, paprika, witlof en sla. Af en toe zit er ook wasmiddel in, maar dat is afhankelijk van de levering. Soms zit er een fles sinas of cola in. Vlees en beleg zit er ook regelmatig in maar niet elke week. De voedselbank is afhankelijk van giften van winkels. Af en toe zit er ook een toetje in of brood.

Wat vind je van de pakketten?

Ik ben tevreden met het aanbod, want ik vind dat je dankbaar moet zijn voor wat je krijgt. Ik ga ook wekelijks naar de Groentebank van de Voedselbank. Hier kan ik dan verse groenten ophalen die wordt verbouwd bij de dagbesteding van Zorgboerderij Slangenburg. Van deze groenten maak ik vaak soep.

Haal je zelf ook nog boodschappen in de supermarkt? Zo ja, wat dan zoal?

Ik haal wekelijks met mijn begeleider boodschappen van het boodschappengeld van ZGA. Hiermee vul ik



de boodschappen aan die ik niet van de Voedselbank krijg. Ik ben heel blij dat ik aanvulling krijg van de Voedselbank, want anders kom ik niet uit met mijn geld om voor de hele week voeding te kopen.

Wil je er verder nog iets over zeggen?

Ik ga elke vrijdag naar de Voedselbank tussen 2 en 7 en dan zie ik dat er veel gebruik van wordt gemaakt. Het valt op dat het steeds drukker wordt.



Recept



Pittige boontjes met ketjap en krieltjes

Deze keer spicen we de boel lekker op met sambal! Roy woont bij de Elzen en is gek op koken. En vooral lekker koken. Met dit recept gaat hij op de pittige tour, want een beetje sambal hoort er natuurlijk wel bij.

Haal de ingrediënten in huis, volg de stappen en je bent verzekerd van een heerlijke (en pittige) avondmaaltijd!

Eet smakelijk!

BOODSCHAPPENLIJSTJE

400 gr sperziebonen
1 teentje knoflook
1 cm gember
200 gr kipfilet
400 gr krieltjes
10 gr sesamzaad
30 ml ketjap manis
1 theelepel sambal oelek

Heb jij nog een lekker recept dat je wil delen met de lezers van de cliëntennieuwsbrief? Stuur een mailtje naar redactie@zgachterhoek.nl en wie weet ben jij de volgende die in deze rubriek verschijnt!

RECEPT IN STAPPEN

1.

Maak de sperziebonen schoon en kook ze in 3 minuten beetgaar. Spoel ze direct daarna goed koud en laat ze uitlekken.

2.

Schil de gember en hak het fijn. Hak ook de knoflook fijn.

3.

Verhit een scheutje olie in een wok en fruit de knoflook en gember even aan. Voeg vervolgens de kip toe en bak deze een paar minuten mee. Doe de kip, knoflook en gember op een bord en dek af met aluminiumfolie.

4.

Verhit opnieuw een scheutje olie in de wok en bak de krieltjes een paar minuten op hoog vuur aan. Zet het vuur lager en laat de krieltjes nog even verder garen. Zodra de krieltjes (bijna) naar wens zijn voeg je de sperziebonen en het sesamzaad toe en wok je deze even mee.

5.

Voeg tot slot de kipfilet weer toe en ook de ketjap, sambal en een klein scheutje water.

6.

Laat alles nog even pruttelen.

Eet smakelijk!

Tip

Als je één theelepel sambal gebruikt wordt het gerecht nog niet heel pittig. Voeg dus gerust wat extra toe. Een fijngesneden verse rode peper kan natuurlijk ook heel goed.



Slim boodschappen doen

Als je slim boodschappen doet, kun je best veel geld besparen. Als Sociaal Pedagogisch Medewerker doen wij soms de boodschappen samen met de mensen die we begeleiden. Soms geven we tips om geld te besparen bij het boodschappen doen of cliënten vragen zelf om advies. Dit zijn een aantal tips die we kunnen geven, misschien heb jij er ook wat aan!

Het begint eigenlijk al thuis. Maak een planning voor de week of een aantal dagen. Bedenk wat je vaste boodschappen zijn iedere week (zoals beleg of brood bijvoorbeeld) en wat je deze week gaat eten als avondeten. Kijk welke boodschappen je hiervoor moet halen en wat je nog in huis hebt. Maak dan een boodschappenlijstje. Dit zorgt ervoor dat je niks vergeet en als je je hieraan houdt koop je geen dingen die je eigenlijk niet nodig hebt.

Doe op vaste momenten je boodschappen, bijvoorbeeld 1 of 2 keer per week. Ga niet naar de supermarkt als je trek hebt, je koopt dan vaak meer dan nodig is.

Dekamarkt, Lidl en Aldi zijn de goedkoopste supermarkten in de Achterhoek. Het is slim om de aanbiedingen van supermarkten bij jou in de buurt in de gaten te houden. Misschien krijg je reclamefolders in de brievenbus en anders kun je ze vaak ook online bekijken op de website van de supermarkt. Acties zoals 'twee plus één gratis' of 'twee voor de prijs van één' zijn toch mooi meegenomen. Zijn het producten die je veel en lang blijft gebruiken of goed kunt bewaren sla er dan gerust meer van in als er een actie is.

Wees voorzichtig met veel verse producten in huis halen, deze producten kun je namelijk niet zo lang bewaren. Als ze niet goed meer zijn moet je ze weggooien en dat is zonde. Producten die wel lang houdbaar zijn, zoals koffie, wasmiddel en douchegel

kun je prima op voorraad hebben.

Verder is het goed om bij het vergelijken van de prijs van een product te kijken naar de hoeveelheid in de verpakking. Hoeveel gram/liter zit er in het pak en kijk dan naar de prijs per kilo of prijs per liter van een product. Dan kan je echt zien wat (in verhouding) het goedkoopst is. Een voorbeeld; de prijs voor een verpakking drie-laags wc papier lijkt goedkoper (€ 4,15) dan de verpakking voor twee-laags wc papier (€ 6,49), maar de drie-laags wc papier verpakking heeft maar 12 rollen en de twee-laags wc papier 24 rollen. Drie-laags wc papier kost dan eigenlijk $€ 4,15 \times 2 = € 8,30$ voor 24 rollen. Want $12 \times 2 = 24$. Dan is in verhouding twee-laags wc papier toch goedkoper. In sommige supermarkten staat de prijs per kilo/liter onderaan het prijskaartje op het schap vermeld.

Een ander voorbeeld; bij wasmiddel staat vaak op de verpakking hoeveel wasjes je er mee kunt doen. Soms kan je met een kleine fles meer wasjes doen, dan met een grote verpakking waar je meer wasmiddel van nodig hebt. En grotere verpakkingen met bijvoorbeeld vlees (300 gram gehakt of 1000 g gehakt) zijn vaak in verhouding weer goedkoper.

Tenslotte nog de tip om zo min mogelijk weg te gooien. Want dit kost je ook geld. Heb je eten over? Vries het dan in of eet het de volgende dag op. Voor twee of meer dagen vooruit koken is in verhouding ook goedkoper.

Heb je nog vragen over besparen op je boodschappen? Vraag het gerust aan je begeleider. Hij / zij helpt je graag hierbij!

Denise

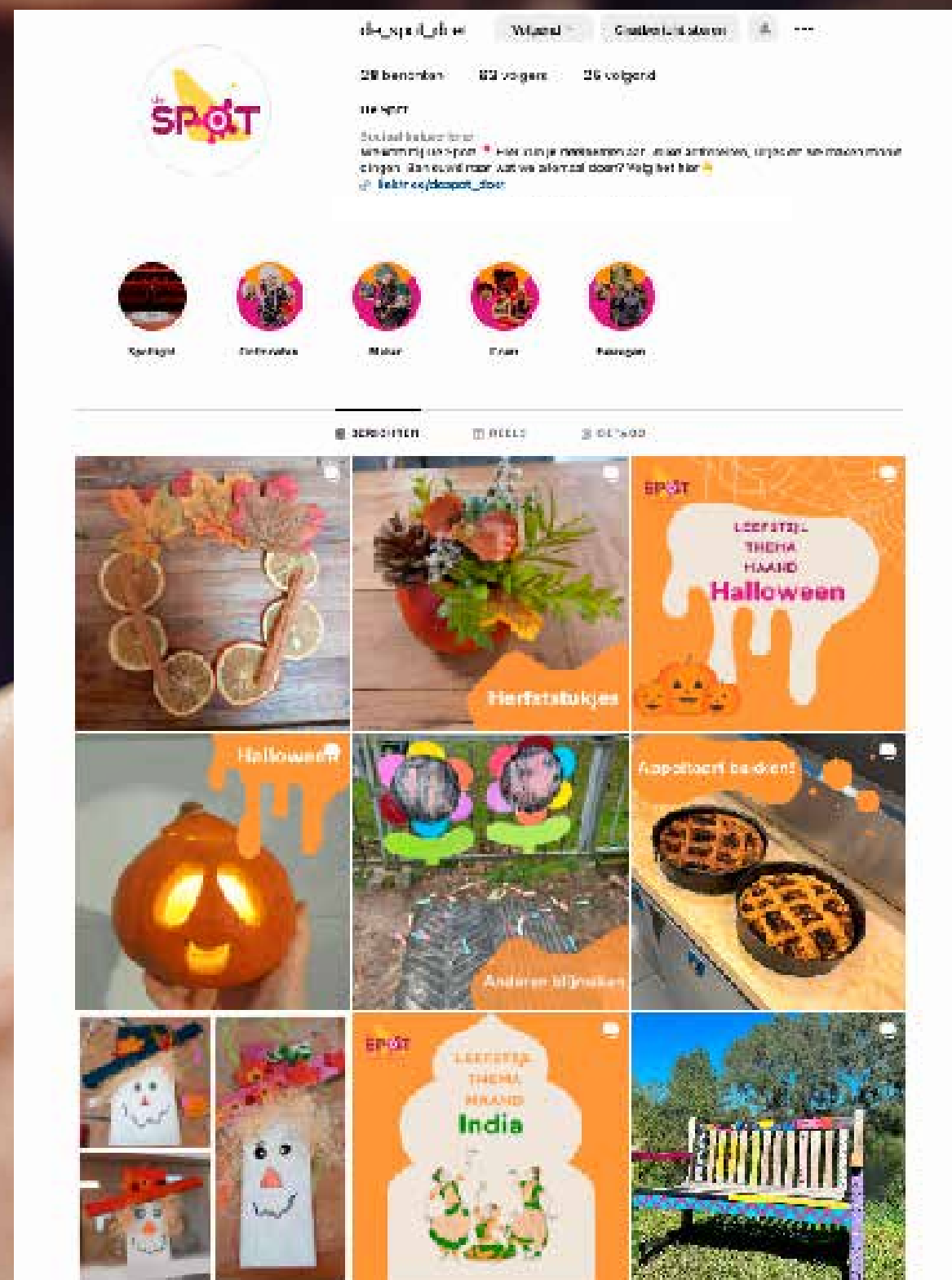
Sociaal Pedagogisch Medewerker



ZGA Doet Cultuur komt terug!



Het afgelopen seizoen hebben we prachtige voorstellingen mogen bezoeken in het Amphion in Doetinchem. En het goede nieuws is... ZGA Doet Cultuur komt terug! Binnenkort heb je weer de mogelijkheid om naar het theater te gaan. Zie jij een theaterbezoek wel zitten? Hou dan de website en de digiborden goed in de gaten!



@de_spot_doet

Volg je de Spot al op Instagram?
Blijf op de hoogte van het laatste nieuws!

Destiny



In de spotlight: Destiny!

Deze keer in de spotlight: Destiny,
bewoonster van de Elzen en
deelneemster van de Spot.

Wat maakt jouw dag?

De begeleiders, want zij zijn iedere dag positief.

Wat vind jij leuk om mee bezig te zijn?

Verven en knutselen.

Wat brengt jou in beweging?

Mike, hij motiveert mij door met mij te praten.

Waar ben jij trots op?

Op mezelf, ik heb veel geleerd met begeleid wonen en op de Spot.

Wat maakt jouw gezelligheid?

Kletsen en thee drinken met de andere deelnemers op de Spot.

Naar welke voorstelling in het theater zou je nog een keer willen?

Rapunzel, ik ben ook al naar Assepoester geweest.

Als jij een regisseur was van een film, waar zou het dan over gaan?

Over prinsessen en superhelden, deze films vind ik zelf altijd het leukst.

Als alles kan en mag, wat zou je dan willen wensen?

Dat mensen lief zijn voor elkaar en elkaar helpen.



Wil jij ook een keer in de spotlight staan? Meld je dan aan via communicatie@zgachterhoek.nl en wie weet ben jij de volgende!

DRESSCODE:
foute
kerstkleiding!

DE SPOT PRESENTEERT

Kerst BELEVING

voor alle cliënten van Zorggroep Achterhoek!

Donderdag
21 december 2023
17.00-19.00 uur

Geef je op voor maandag 11 december bij de
Spot! Bel of stuur een appje naar 06-81339032.
Mailen mag ook naar despot@zgachterhoek.nl.

VOLTA STRAAT 36, Doetinchem

de
SPOT
met hart voor cliënten en medewerkers

Herfstpuzzel

jouw eigen leven leiden .
jouw eigen leven leiden .

B	H	B	O	E	S	O	B	R	O	O	D
M	E	R	U	U	G	K	I	U	R	T	S
O	R	U	U	V	D	R	A	A	H	R	S
O	E	I	K	S	H	E	R	F	S	T	E
B	G	N	N	E	Z	R	A	A	L	A	J
P	E	E	V	J	N	O	R	E	G	E	N
O	N	O	E	T	R	N	L	A	A	K	A
M	J	D	S	L	E	G	O	V	E	L	T
P	A	D	D	E	N	S	T	O	E	L	S
O	S	U	E	K	H	E	B	G	T	R	A
E	F	O	B	I	N	N	E	N	S	J	K
N	T	K	S	E	J	D	A	A	L	B	E

BEUKENNOOTJE	HERFST
BINNEN	KAAL
BLAADJES	KASTANJES
BOEK	KOUD
BOOM	LAARZEN
BOS	PADDENSTOEL
BRUIN	POMPOEN
EGEL	REGEN
EIKELTJES	REGENJAS
GEEL	ROOD
GUUR	STRUIK
HAARDVUUR	VOGELS

Oplossing

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Heb je vragen of aanvullingen voor deze nieuwsbrief, mail dan
naar redactie@zgachterhoek.nl

Voor vragen over zorg kun je mailen naar
info@zgachterhoek.nl of bel naar (0314) 362 990.

Wist je dat...

Op de hoogte blijven van de laatste nieuwtjes? Volg ons op social media!

... je in 2024 weer naar het theater kunt met ZGA Doet Cultuur?

... dat de kerstbeleving bij de Spot dit jaar op donderdag 21 december is?

... er in 2024 weer allemaal leuke activiteiten op de planning staan?

Clïentennieuwsbrief herfst 2023
© redactie Zorggroep Achterhoek

Heb je vragen, klachten of opmerkingen over de inhoud van deze nieuwsbrief? Mail deze dan naar redactie@zgachterhoek.nl.

DISCLAIMER: Ondanks alle zorg en aandacht die wij besteden aan de samenstelling van deze nieuwsbrief kan de redactie van de ZGA Clïentennieuwsbrief niet instaan voor de volledigheid, juistheid of voortdurende actualiteit van de gegevens en de inhoud van deze uitgave. Beweringen of meningen, geuit in artikelen zijn die van de auteurs en niet (noodzakelijkerwijs) die van de organisatie.

