



Activiteiten Programma  
Verenigingsleven  
Zonnehuis Oostergast  
21 oktober t/m 17 november



Aan bewoners, bezoekers en vrijwilligers van Zonnehuis Oostergast,

De dagen worden alweer korter. De blaadjes vallen van de bomen, en de geur van de herfst beginnen we nu te ruiken. Eind van deze maand gaat de wintertijd in, de klok gaat een uur achteruit in het weekend van zaterdag 26 oktober op zondag 27 oktober.

Gelukkig zijn er op het Dorpsplein vele verschillende activiteiten te doen buiten het reguliere programma om.

Zo hebben we op zondag 27 oktober Zondagavondzang op het Dorpsplein van 18.30 tot 19.30 uur.

Maandag 11 november tussen 10.15 en 11.15 uur komen de kleuters van het Anker langs verschillende afdelingen met hun prachtige zelfgemaakte lampions.

Vrijdag 15 november kleding verkoop van Westerhof.

Ook is er deze maand een muzikaal optreden op zaterdag 2 november van 15.00 uur tot 16.30 uur van Hessel en Ineke aangeboden door de Stichting Vrienden van het Zonnehuis.

En alvast goed om te weten zaterdag 30 november is er een gezellige cadeautjesmarkt op het Dorpsplein van 13.30 tot 16.30 uur.

Ook is er afgelopen maand weer een zonnewensen uitgekomen. Verderop kunt u de ervaring lezen.

Hebt u ook een mooi verhaal of wilt u iets schrijven voor in het programmaboek. Stuur dan uw kopij naar [s.terpstra@zonnehuisgroepnoord.nl](mailto:s.terpstra@zonnehuisgroepnoord.nl) of [b.donker@zonnehuisgroepnoord.nl](mailto:b.donker@zonnehuisgroepnoord.nl)

Beschikt u niet over een computer? langs brengen kan ook.

We zien er naar uit om u te ontmoeten en wensen u veel goeds met elkaar de komende maand,

Team verenigingsleven Zonnehuis Oostergast

(onze contactgegevens vindt u op de achterkant van dit programmabladd)



## STICHTING VRIENDEN VAN ZONNEHUIS OOSTERGAST

### WIST U DAT:

- De Stichting Vrienden van Zonnehuis Oostergast een bijdrage heeft geleverd bij de aanschaf van de Zonnehuisbus.
- U, als bewoner van Zonnehuis Oostergast hier gebruik van mag maken
- U alleen de benzinekosten hoeft betalen
- U ook familie /vrienden mee mag nemen voor een leuk uitje.
- U hierover informatie kunt krijgen bij de receptie.

Stichting  
Vrienden van  
het Zonnehuis  
Oostergast



Wij doen graag iets extra's voor onze bewoners.

### ZATERDAG 2 NOVEMBER ....HESSEL EN INEKE

En dan hebben wij binnenkort weer een heel mooi optreden van Hessel en Ineke.

Vorig jaar waren ze ook bij ons en nu kunt u op zaterdag 2 november van 15.00 uur tot 16.30 uur luisteren en genieten van hun zang en muziek op het Dorpsplein.

Ze zingen bekende liedjes waar u vast een aantal van mee kan zingen.

Uiteraard wordt u weer voorzien van een hapje en een drankje

We hopen dat U ook kunt komen!!



Er is ook nog een Zonnewens in vervulling gegaan:

Op een zonnige donderdagmiddag 3 oktober 2024 bezocht een aantal bewoners van het Zonnehuis ( Capellastraat 55 ) het gezellige Kade Z in Zuidhorn. Dit uitje werd mogelijk gemaakt door de Stichting Vrienden Zonnehuis Oostergast en droeg ertoe bij dat de bewoners de dagelijkse routine konden doorbreken en konden genieten van een prachtige omgeving aan het Van Starckenborghkanaal. Bij aankomst werden de bewoners gastvrij ontvangen door de medewerkers/sters van Kade Z, die hen verder begeleiden naar een mooie plek in het restaurant. Tijdens de High Tea konden de bewoners genieten van de sfeer en het samenzijn. Het was een middag vol vrolijke gesprekken, gelach en mooie herinneringen die werden opgehaald. Dit uitstapje zorgde verder voor verbinding en plezier, wat het voor alle betrokkenen een onvergetelijke ervaring maakte. Met veel dank aan de Vrienden gingen de bewoners met een goed gevoel weer terug naar de Capellastraat.



# CLIËNTENRAAD

Beste mensen,

Hoe kunnen wij u bereiken ?

Wij hadden een grote groene bus waar briefjes in gedaan konden worden, maar dat werd niet gedaan.

Toen meenden wij die bus te moeten opkalfateren door de schildersgroep van het Zonnehuis, maar dat viel ook niet goed.

De bus staat nu op het terras bij de beademing/somatiek huiskamer in de Gemmastraat.

Maar wij willen graag reacties of opmerkingen horen van onze bewoners of cliënten en hun bezoekers. Dat kan nu ook via [croostergast@gmail.com](mailto:croostergast@gmail.com).

En er kunnen ook aan de servicebalie voor het restaurant op het DORPSPLEIN briefjes worden doorgegeven aan de receptioniste.

Wij zijn er voor u, maar als wij iets niet weten kunnen wij het ook niet ter berde brengen . Wilt u andere activiteiten?

Bent u ergens niet tevreden over? Of vindt u het fijn zoals het personeel met u omgaat? Geef het aan ons door wij kunnen alles bespreken met het management team. Vindt u dat de cliënten raad een vast spreekuur moet hebben?

Wie zijn nu in de cliëntenraad:

Diet Hensums \_ voorzitter

Sietske Lubbers \_lid

Mieke Wildeboer \_lid

Corien Pera \_lid

Tea Bouma \_lid

Fred Roerig \_lid

Wij kunnen van verschillende afdelingen binnen het Zonnehuis nog nieuwe leden gebruiken .

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Maandag 21 oktober</b> |                 |               |                                |
|---------------------------|-----------------|---------------|--------------------------------|
| <b>Activiteit</b>         | <b>Tijd</b>     | <b>Plaats</b> | <b>Leider</b>                  |
| Schildersgroep Noord*     | 10.00-11.30 uur | De Koepel     | Vrijwilligers<br>Baukje Donker |
| Jeu de Boules*            | 10.00-11.15 uur | Dorpsplein    | Saskia Terpstra                |
| Bibliotheek               | 10.30-11.30 uur | Dorpsplein    | Vrijwilligers                  |

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Dinsdag 22 oktober</b> |                 |  |                              |
|---------------------------|-----------------|--|------------------------------|
| <b>Activiteit</b>         | <b>Tijd</b>     | <b>Plaats</b>                            | <b>Leider</b>                |
| Handwerken*               | 10.00-11.15 uur | Huiskamer van de Oostergast (Restaurant) | Vrijwilligers<br>Jantina Ros |

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Woensdag 23 oktober</b> |                 |               |                                |
|----------------------------|-----------------|---------------|--------------------------------|
| <b>Activiteit</b>          | <b>Tijd</b>     | <b>Plaats</b> | <b>Leider</b>                  |
| Zingen Karaoke             | 10.00-11.15 uur | Dorpsplein    | Jantina Ros<br>Saskia Terpstra |
| Sport en Bewegen           | 14.30-15.30 uur | De Koepel     | Jantina Ros                    |

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Donderdag 24 oktober</b> |                 |               |                                  |
|-----------------------------|-----------------|---------------|----------------------------------|
| <b>Activiteit</b>           | <b>Tijd</b>     | <b>Plaats</b> | <b>Leider</b>                    |
| Sjoelen PG*                 | 10.00-11.30 uur | De Koepel     | Vrijwilligers<br>Saskia Terpstra |

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Vrijdag 25 oktober</b>                  |  |   |                                  |
|--|--|---|----------------------------------|
| <b>Activiteit</b>                          | <b>Tijd</b>                                | <b>Plaats</b>                                 | <b>Leider</b>                    |
| Spelochtend*                               | 10.00-11.30 uur                            | De Koepel en het Dorpsplein                   | Baukje Donker<br>Saskia Terpstra |
| Pendeldienst Zonnelijn dorp<br>Kosten €1,- | Elk half uur tussen <b>13.30-15.00 uur</b> | Dorpsplein/<br>Centrum Zuidhorn<br>vice versa |                                  |
| Snackmiddag in de Huiskamer Oostergast     | 16.00-18.30 uur                            | Huiskamer Oostergast                          |                                  |

| Zaterdag 26 oktober |      |        |  |
|---------------------|------|--------|--|
| Activiteit          | Tijd | Plaats |  |
| Geen Activiteit     |      |        |  |



Let op!  
 Van nacht gaat de klok van  
 03:00 naar 02:00 uur  
 Uurtje langer slapen  
**Slaap Lekker**

| Zondag 27 oktober    |                 |            |  |
|----------------------|-----------------|------------|--|
| Activiteit           | Tijd            | Plaats     | Leider                                     |
| Oecumenische viering | 11.00-11.45 uur | De Koepel  | Voorganger<br>Mw. R. Mulderij<br>Grootgast |
| Zondagavondzang      | 18.30-19.30 uur | Dorpsplein | o.l.v. Mw. L. Kingma                       |



Een traditie die door vele bewoners wordt gekoesterd is de zondagavond zang georganiseerd door een groep enthousiaste vrijwilligers. Maar we kunnen zeker nog helpende handen gebruiken.

Daarom ook deze oproep aan alle lezers van dit activiteiten blad. Draagt u net als vele bewoners de zondagavond zang een warm hart toe meldt u dan aan als vrijwilliger.

Heeft u belangstelling of bent u benieuwd naar de mogelijkheden neem gerust vrijblijvend contact op voor meer informatie.

#### **Vrijwilligerscoördinator**

Baukje Donker is bereikbaar op ma, di, do en vrij.

0594 508518 of [b.donker@zonnehuisgroepnoord.nl](mailto:b.donker@zonnehuisgroepnoord.nl)

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| Maandag 28 oktober               |                 |            |                 |
|----------------------------------|-----------------|------------|-----------------|
| Activiteit                       | Tijd            | Plaats     | Leider          |
| Geen Schildersgroep ivm vakantie |                 |            |                 |
| Jeu de Boules*                   | 10.00-11.15 uur | Dorpsplein | Saskia Terpstra |
| Bibliotheek                      | 10.30-11.30 uur | Dorpsplein | Vrijwilligers   |

**Bericht van de bibliotheek Zonnehuis Oostergast Zuidhorn**

U heeft vast al gezien dat er in het Zonnehuis Oostergast op meerdere plaatsen boeken staan. U vindt boeken op het Dorpsplein beneden en in de minibibliotheekkast. Dat is de uitklapbare kast in de vorm van twee huizen en twee zolders. Daar kunt u ook vrij een boek uitnemen en mag u het houden of weggeven of u zet het weer terug. Als u zelf een boek niet meer in bezit wilt hebben kunt u dat ook in deze minibibliotheek kwijt.

**GRATIS BOEKEN LENEN OPENINGSTIJD BIBLIOTHEEK: MAANDAG 10.30-11.30 UUR OP HET DORPSPLEIN** U kunt nu dus ook uit de bibliotheek gratis een boek lenen. Graag u naam en afdeling noteren in de map deze ligt in de bibliotheek kast .

Als u niet op de openingstijd van de bibliotheek kunt komen en u bent ook niet in staat op andere dagen via het zelfuitleenboek iets te lenen, maar u zou wel graag een boek willen lenen, dan kunt u dat doorgeven aan Baukje Donker of Saskia Terpstra. Zij zullen dat aan ons doorgeven en wij, de vier vrijwilligsters zijn bereid wat boeken bij u te brengen. Wij zijn zeer gemotiveerd om voor u leesplezier mogelijk te maken.

Met vriendelijke groet, Janny, Tineke, Clasiene en Ria.





**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Dinsdag 29 oktober</b> |                 |  |   |
|---------------------------|-----------------|--|---|
| <b>Activiteit</b>         | <b>Tijd</b>     | <b>Plaats</b>                            | <b>Leider</b>                               |
| Handwerken                | 10.00-11.15 uur | Huiskamer van de Oostergast (Restaurant) | Vrijwilligers<br>Jantina Ros                |
| Bijbelgesprekskring       | 10.30-11.30 uur | De Koepel                                | Voorganger;<br>Pastor S. Treu<br>Grijpskerk |

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Woensdag 30 oktober</b> |                 |               |                                |
|----------------------------|-----------------|---------------|--------------------------------|
| <b>Activiteit</b>          | <b>Tijd</b>     | <b>Plaats</b> | <b>Leider</b>                  |
| Zingen met Tom             | 10.00-11.15 uur | Dorpsplein    | Jantina Ros<br>Saskia Terpstra |
| Sport en Bewegen           | 14.30-15.30 uur | De Koepel     | Jantina Ros                    |

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Donderdag 31 oktober</b> |                 |               |                                  |
|-----------------------------|-----------------|---------------|----------------------------------|
| <b>Activiteit</b>           | <b>Tijd</b>     | <b>Plaats</b> | <b>Leider</b>                    |
| Sjoelen PG*                 | 10.00-11.30 uur | De Koepel     | Vrijwilligers<br>Saskia Terpstra |

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Vrijdag 1 november</b>                    |  |   |                                  |
|--|--|---|----------------------------------|
| <b>Activiteit</b>                            | <b>Tijd</b>  | <b>Plaats</b>                                 | <b>Leider</b>                    |
| Spelochtend*                                 | 10.00-11.30 uur                                    | De Koepel en het Dorpsplein                   | Baukje Donker<br>Saskia Terpstra |
| Pendeldienst<br>Zonnelyn dorp<br>Kosten €1,- | Elk half uur<br>tussen <b>13.30-<br/>15.00 uur</b> | Dorpsplein/<br>Centrum Zuidhorn<br>vice versa |                                  |
| Snackmiddag in de<br>Huiskamer Oostergast    | 16.00-18.30 uur                                    | Huiskamer Oostergast                          |                                  |

## Zaterdag 2 november

| Activiteit  | Tijd            | Plaats     | Leider                           |
|---|-----------------|------------|----------------------------------|
| Muzikale middag met een optreden van Hessel en Ineke<br>Deze wordt u aangeboden door de Vrienden van het Zonnehuis. | 15.00-16.30 uur | Dorpsplein | Baukje Donker<br>Saskia Terpstra |



## Zondag 3 november

| Activiteit  | Tijd            | Plaats    | Leider                               |
|---|-----------------|-----------|--------------------------------------|
| Oecumenische viering<br>Viering van schrift en tafel. | 11.00-11.45 uur | De Koepel | Voorganger<br>Ds. S. Hofstra<br>Leek |

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| Maandag 4 november    |                 |            |                                |
|-----------------------|-----------------|------------|--------------------------------|
| Activiteit            | Tijd            | Plaats     | Leider                         |
| Schildersgroep Noord* | 10.00-11.30 uur | De Koepel  | Vrijwilligers<br>Baukje Donker |
| Jeu de Boules*        | 10.00-11.15 uur | Dorpsplein | Saskia Terpstra                |
| Bibliotheek           | 10.30-11.30 uur | Dorpsplein | Vrijwilligers                  |
| Vrouwenspektakel*     | 14.30-15.30 uur | t' Hoekje  | Baukje Donker                  |

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| Dinsdag 5 november                                  |                 |  |                              |
|---|-----------------|--|------------------------------|
| Activiteit  | Tijd            | Plaats                                   | Leider                       |
| Handwerken  | 10.00-11.15 uur | Huiskamer van de Oostergast (Restaurant) | Vrijwilligers<br>Jantina Ros |
| Bloemschikken*                                      | 10.00-11.15 uur | De Koepel                                | Vrijwilligers<br>Jantina Ros |
| Bloemschikken*<br><b>Alleen voor de PG afdeling</b> | 14.30-15.30 uur | De Koepel                                | Jantina Ros                  |



Eén keer per maand op Dinsdag organiseert het Verenigingsleven een leuke fleurige bloemschikdag. Daarbij hebben we groen nodig. Mocht u binnenkort gaan snoeien in uw tuin en heeft u groen zoals buxus of conifeer denk dan even aan ons..... wij kunnen het wel gebruiken. Denk aan Hedera, hortensia, appelblad, laurier of Cultivar met wit-groen blad etc. eigenlijk alles wat je in een bloemstukje kan verwerken. Graag houden we ons aanbevolen en omdat we ook niet teveel groen kunnen bewaren, is het plezierig en praktisch om met het Verenigingslevens contact op te nemen.

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Woensdag 6 november</b> |                 |               |                                |
|----------------------------|-----------------|---------------|--------------------------------|
| <b>Activiteit</b>          | <b>Tijd</b>     | <b>Plaats</b> | <b>Leider</b>                  |
| Zingen met Tienko          | 10.00-11.15 uur | Dorpsplein    | Jantina Ros<br>Saskia Terpstra |
| Sport en bewegen*          | 14.30-15.30 uur | De Koepel     | Jantina Ros                    |

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Donderdag 7 november</b> |                 |               |                                  |
|-----------------------------|-----------------|---------------|----------------------------------|
| <b>Activiteit</b>           | <b>Tijd</b>     | <b>Plaats</b> | <b>Leider</b>                    |
| Sjoelen PG*                 | 10.00-11.30 uur | De Koepel     | Vrijwilligers<br>Saskia Terpstra |

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Vrijdag 8 november</b>                     |  |   |                                  |
|---|--|---|----------------------------------|
| <b>Activiteit</b>                             | <b>Tijd</b>  | <b>Plaats</b>                                 | <b>Leider</b>                    |
| Spelochtend*                                  | 10.00-11.30 uur                                    | De Koepel en het Dorpsplein                   | Baukje Donker<br>Saskia Terpstra |
| Pendeldienst<br>Zonnelyn dorp<br>Kosten €1,-  | Elk half uur<br>tussen <b>13.30-<br/>15.00 uur</b> | Dorpsplein/<br>Centrum Zuidhorn<br>vice versa |                                  |
| Snackmiddag in de<br>Huiskamers<br>Oostergast | 16.00-18.30 uur                                    | Huiskamer Oostergast                          |                                  |



**Afsluiting van de week!**

**Vrijdagmiddag snackmiddag in 'de Huiskamer Oostergast' .!!!!**

Elke vrijdagmiddag is, van 16.00 uur tot 18.30 uur, het restaurant open voor een heerlijk lekkere snack.

Patat, kroket, hamburger en frikandel en alle andere heerlijke producten zijn daar dan te koop!

Uw bezoek is natuurlijk ook van harte welkom.

**We zien u graag bij ons in "de Huiskamer" (Afhalen is ook mogelijk)**

### Zaterdag 9 november

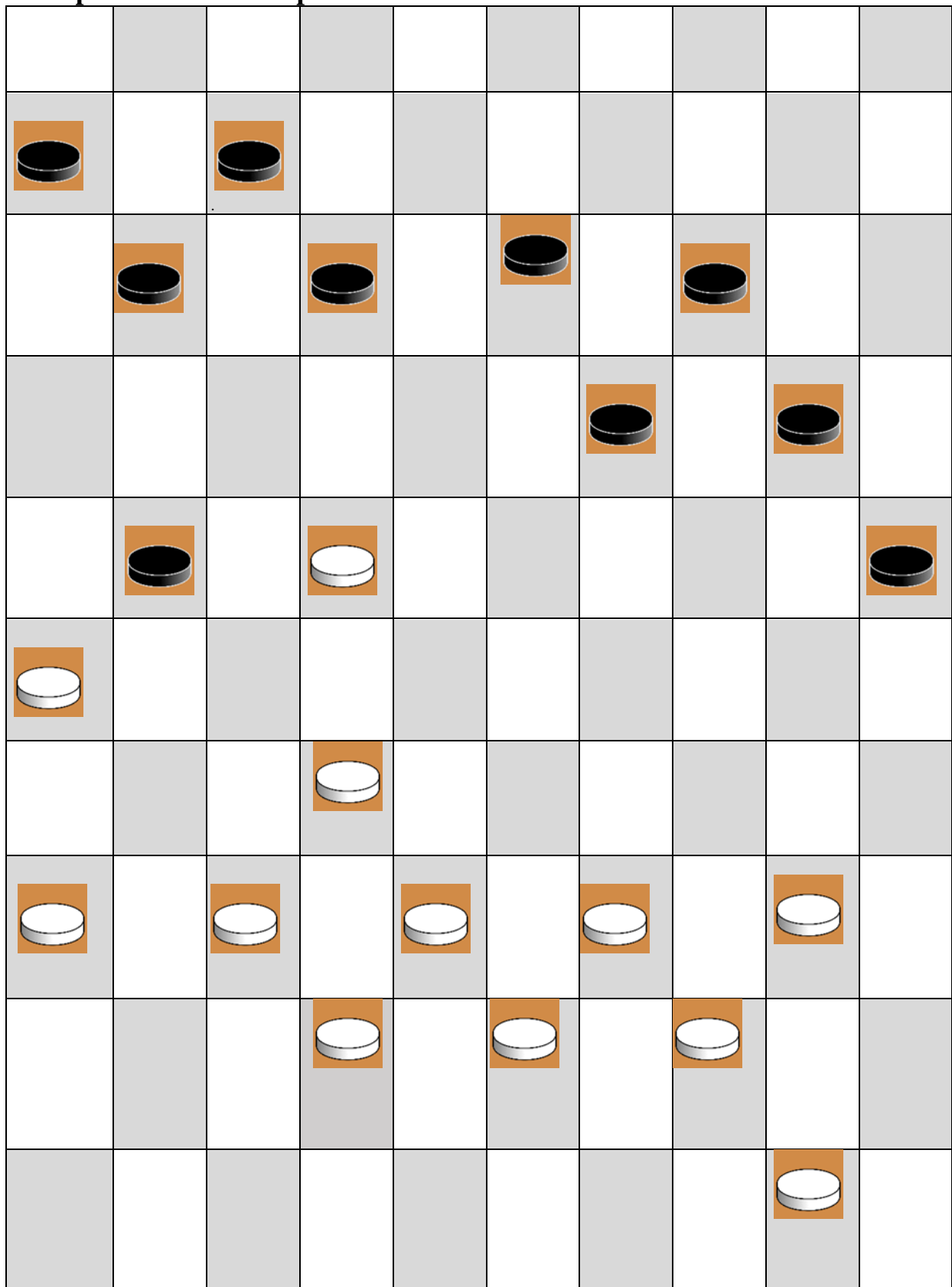
| Activiteit      | Tijd | Plaats |  |
|-----------------|------|--------|--|
| Geen activiteit |      |        |  |

### Zondag 10 november

| Activiteit           | Tijd            | Plaats    | Leider                                 |
|----------------------|-----------------|-----------|--|
| Oecumenische viering | 11.00-11.45 uur | De Koepel | Voorganger<br>Mw. H. Wouda<br>Zuidhorn |



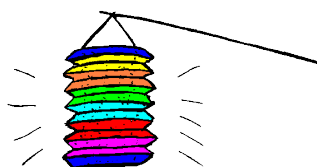
## Eindspel Dammen Compositie



Deze opstelling van een damspel is gemaakt door een bewoner van de Oostergast. Kunt u het spel uitspelen? Zwart is aan slag.

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Maandag 11 november</b> |                        |                                   |                                |
|----------------------------|------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|
| <b>Activiteit</b>          | <b>Tijd</b>            | <b>Plaats</b>                     | <b>Leider</b>                  |
| Schildersgroep Noord*      | 10.00-11.30 uur        | De Koepel                         | Vrijwilligers<br>Baukje Donker |
| Jeu de Boules*             | 10.00-11.15 uur        | Dorpsplein                        | Saskia Terpstra                |
| <b>Sint Maarten</b>        | <b>10.15-11.15 uur</b> | <b>Langs verschillende huizen</b> | Saskia Terpstra                |
| Bibliotheek                | 10.30-11.30 uur        | Dorpsplein                        | Vrijwilligers                  |
| Herensociëteit*            | 14.30-15.30 uur        | De Koepel                         | Saskia Terpstra                |



**Maandag 11 november Lampion Lopen tussen 10.15-11.15 uur.**

Vanmorgen zullen de kleuters van het Anker tussen 10.15-11.15 uur in groepjes van ongeveer 10 kinderen met hun zelfgemaakte lampion langs komen.

Er komt één groepje kinderen langs per afdeling/huiskamers.

Bewoners van de Woonzorgappartementen en de Revalidatie zijn van harte welkom op het Dorpsplein, want op deze 2 afdelingen komen de kleuters NIET langs de deuren!

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Dinsdag 12 november</b> |                 |  |   |
|----------------------------|-----------------|--|---|
| <b>Activiteit</b>          | <b>Tijd</b>     | <b>Plaats</b>                            | <b>Leider</b>                             |
| Handwerken*                | 10.00-11.15 uur | Huiskamer van de Oostergast (Restaurant) | Vrijwilligers<br>Jantina Ros              |
| Bijbelgesprekkring         | 10.30-11.30 uur | De Koepel                                | Voorganger:<br>Ds.R. Tigelaar<br>Zuidhorn |

**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Woensdag 13 november</b> |                 |               |                                |
|-----------------------------|-----------------|---------------|--------------------------------|
| <b>Activiteit</b>           | <b>Tijd</b>     | <b>Plaats</b> | <b>Leider</b>                  |
| Zingen met Nelis Smith      | 10.00-11.15 uur | Dorpsplein    | Jantina Ros<br>Saskia Terpstra |
| Sport en Bewegen*           | 14.30-15.30 uur | De Koepel     | Jantina Ros                    |

**Woensdag 13 november van 10.00-11.15 uur Nelis Smith neemt u mee:  
A Walk Down Memory Lane**

Muziek uit de tijd van toen van o.a. Gerard Cox, Rob de Nijs, Wim Sonneveld, Neil Diamond, Engelbert Humperdinck, Elvis Presley e.v.a.....

Muziek die u terug brengt naar de tijd van toen: met mooie Nederlandstalige liedjes, maar ook country en prachtige evergreens. The Hits van Toen (muziek van soms 40 of 50 jaar geleden)



**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Donderdag 14 november</b>                    |                 |  |                                  |
|---|-----------------|--|----------------------------------|
| <b>Activiteit</b>                               | <b>Tijd</b>     | <b>Plaats</b>                            | <b>Leider</b>                    |
| Sjoelen PG*                                     | 10.00-11.30 uur | De Koepel                                | Vrijwilligers<br>Saskia Terpstra |
| <b>Bingo kosten voor deze middag zijn €2,00</b> | 15.00-16.00 uur | Huiskamer van de Oostergast (Restaurant) | Saskia Terpstra                  |



Kleurplaat "Herfst"



**\*Nieuwe leden aanmelden**

| <b>Vrijdag 15 november</b>                    |   |   |                                  |
|---|---|---|----------------------------------|
| <b>Activiteit</b>                             | <b>Tijd</b>                                   | <b>Plaats</b>                                 | <b>Leider</b>                    |
| Spelochtend*                                  | 10.00-11.30 uur                               | De Koepel en het Dorpsplein                   | Baukje Donker<br>Saskia Terpstra |
| Pendeldienst<br>Zonnelyn dorp<br>Kosten €1,-  | Elk half uur<br>tussen <b>13.30-15.00 uur</b> | Dorpsplein/<br>Centrum Zuidhorn<br>vice versa |                                  |
| <b>Kledingverkoop<br/>Westerhof</b>           | 14.30-16.30 uur                               | Dorpsplein                                    | Baukje Donker<br>Saskia Terpstra |
| Snackmiddag in de<br>Huiskamers<br>Oostergast | 16.00-18.30 uur                               | Huiskamer Oostergast                          |                                  |

**Vrijdag 15 november modehuis Westerhof van 14.30-16.30 uur op het Dorpsplein.**

Vanmiddag kunt u uw garderobe aanvullen met de nieuwste najaarscollectie, zowel voor heren als voor dames.

Modehuis Westerhof heeft weer een prachtige nieuwe collectie, die ze graag laten zien. U kunt ook betalen met de pin.

De koffie staat klaar. Kom gerust even langs.

| <b>Zaterdag 16 november</b> |             |               |               |
|-----------------------------|-------------|---------------|---------------|
| <b>Activiteit</b>           | <b>Tijd</b> | <b>Plaats</b> | <b>Leider</b> |
| <b>Geen Activiteit</b>      |             |               |               |

| <b>Zondag 17 november</b> |                 |               |  |
|---------------------------|-----------------|---------------|--|
| <b>Activiteit</b>         | <b>Tijd</b>     | <b>Plaats</b> | <b>Leider</b>                          |
| Oecumenische viering      | 11.00-11.45 uur | De Koepel     | Voorganger<br>Ds. Tigelaar<br>Zuidhorn |

## Recept voor een heerlijke pompoensoep.

Ingrediënten; (Voor 4 personen)

- 400 gr pompoen
- 700 ml water
- 2 tomaten
- 1 ui
- 100 ml room ( optioneel plantaardige room )
- 1 blokje groentebouillon (Maggi)
- Boter of olie om in te bakken
- Pompoenpitten om te garneren
- peterselie om te garneren

Materialen

- Staafmixer

## Bereiding

1. Snijd de pompoen in stukken en verwijder de schil of gebruik een zakje of doosje kant-en-klare pompoenblokjes. Zet een pan op het vuur en verhit de boter of olie en voeg de stukken pompoen toe.
2. Snijd de ui en tomaten grof en doe deze ook in de pan. Bak ongeveer 3 minuutjes en giet er dan het water bij.
3. Verkruimel het bouillonblokje boven de pan en breng het aan de kook. Laat alles nu ongeveer 20 minuten koken op laag vuur. Pak de staafmixer en pureer alles tot een gladde soep.
4. Voeg de room toe en mix alles nog een keer goed door. Zet nog 2 min op het vuur en serveer dan met wat peterselie, pompoenpitten en wat extra room naar smaak. Rooster eventueel de pompoenpitjes.



**Bijdragen voor de redactie van het maandprogramma verenigingsleven** via  
Baukje Donker: [b.donker@zonnehuisgroepnoord.nl](mailto:b.donker@zonnehuisgroepnoord.nl)  
Saskia Terpstra: [s.terpstra@zonnehuisgroepnoord.nl](mailto:s.terpstra@zonnehuisgroepnoord.nl)

### **CONTACT Verenigingsleven**

**Verenigingsleiders** zijn bereikbaar via telefoon: 0594 508 564.

E-mail: [Verenigingsleven@zonnehuisgroepnoord.nl](mailto:Verenigingsleven@zonnehuisgroepnoord.nl).

Het team bestaat uit: Baukje Donker, Johanna Uktolseja,  
Jantina Ros en Saskia Terpstra.

### **Vrijwilligerscoördinator**

Baukje Donker is bereikbaar op ma, di, do en vrij.

0594 508518 of [b.donker@zonnehuisgroepnoord.nl](mailto:b.donker@zonnehuisgroepnoord.nl)

### **Leidinggevende Verenigingsleven**

David Hegeman is te bereiken via [d.hegeman@zonnehuisgroepnoord.nl](mailto:d.hegeman@zonnehuisgroepnoord.nl)

### **Cliëntenraad Oostergast**

Bereikbaar: Gemmastraat 14, 9801 VG Zuidhorn t.a.v. de Cliëntenraad of via  
[croostergast@gmail.com](mailto:croostergast@gmail.com) Voor meer informatie zie de folder in het rek.

### **Stichting Vrienden van Zonnehuis Oostergast**

De Stichting Vrienden van Zonnehuis Oostergast is onafhankelijk en zet zich  
belangeloos in voor de bewoners.

Het bestuur van de Stichting wordt gevormd door mensen die de bewoners een  
warm hart toedragen.

De Stichting probeert iets extra's te doen en levert een welkome bijdrage aan het  
welzijn van ieder die hier in Zonnehuis Oostergast woont.

Concreet, tastbaar en dicht bij huis.

Doelstelling van de Stichting is het verwerven van donaties voor recreatie,  
ontspanning en bijzondere activiteiten voor de bewoners.

Wilt u de Stichting Vrienden van Zonnehuis Oostergast steunen door donateur te  
worden, neem dan contact op met de voorzitter.

Mail: [vriendenvanhetzonnehuis@ziggo.nl](mailto:vriendenvanhetzonnehuis@ziggo.nl)