



Activiteiten Programma  
Verenigingsleven  
Zonnehuis Oostergast  
29 juli t/m 25 augustus



Aan bewoners, bezoekers en vrijwilligers van Zonnehuis Oostergast,

Tijdens het schrijven van het voorwoord zitten we helaas nog steeds in de regen. De zomer wil er nog niet echt komen. Maar wat in het vat zit verzuurt niet zeggen ze dan toch. Dus wie weet...

Deze maand zal de zomervakantie van start gaan. Dit betekent voor het verenigingsleven dat een aantal verenigingen niet door gaan. Via het programmaboek wordt u hiervan op de hoogte gehouden.

Deze maand gaat de Zondagavondzang ook weer van start en nu 2 keer per maand. Deze maand zal dat zijn op Zondag 11 augustus en Zondag 25 augustus.

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 ZONNEHUIS OOSTERGAST

Voordat we met verslagen van een aantal Zonnewensen beginnen willen we eerst nog even vermelden dat we een mooie bedankbrief hebben ontvangen van Annelies Meerveld, verzorgende IG, Capellastraat 47/49.

Hun vraag was om de grote tuin aan te pakken door er bomen te planten, een mooi plekje creëren voor bewoners om lekker buiten te kunnen zijn.

Wij zijn hiermee akkoord gegaan en inmiddels lijkt het net een parkje volgens de bewoners.

Ze zijn er heel blij mee.

Dak-platanen en fruitbomen hebben even tijd nodig om te groeien maar volgend jaar hopen bewoners en personeel hier volop gebruik van te kunnen en mogen maken.



Wilt u ook een aanvraag indienen?

Wij, als Stichting Vrienden van Zonnehuis Oostergast, willen graag iets extra's doen om het voor bewoners leuker en aantrekkelijker te maken.

U kunt uw aanvraag indienen bij Daan van de Wetering, teammanager Zonnehuis Oostergast via mail: [d.vd.wetering@zonnehuisgroepnoord.nl](mailto:d.vd.wetering@zonnehuisgroepnoord.nl).

In overleg besluiten wij of we dit kunnen realiseren.

Verslag van een aantal wensen welke onlangs zijn vervuld:

Mevr. Vos had de wens om met een aantal bewoners van haar afdeling naar Kade Z te gaan.

Samen met mevr. Gorter en dhr. Woldman hebben ze genoten van een heerlijke HighTea.

Ook was ze heel blij met de chauffeur die mee mocht eten.

Het was, ook dankzij hem, een hele fijne ontspannen middag.

En uiteindelijk werd er ook nog gedacht aan de bewoners/zorg....wat overgebleven was hebben ze in doosjes meegenomen zodat ook zij nog wat lekkers hadden.



Donderdag 4 juli is de wens vervuld van Maria Wieringa. Tuinland was de wens. Bloemen kijken en kopen. Maria vond het een fijne gezellige middag.





# CLIËNTENRAAD

De cliëntenraad van zonnehuis Oostergast bestaat uit een aantal mensen die proberen elke maand op de tweede woensdag met elkaar te overleggen om dingen te bespreken die vanuit het managementteam en bewoners van het Zonnehuis op hen af komen.

Zo hebben we kortgeleden met de clustermanager en de vrijwilligerscoördinator besproken hoeveel mensen er nodig zijn om alle activiteiten te kunnen uitvoeren die voor de bewoners georganiseerd worden.

Neem de zondagavond zang, een activiteit die gedaan wordt door vrijwilligers, mensen die mee willen doen moeten worden opgehaald, begeleid en weer teruggebracht worden . Daar zijn veel handen nodig om het verantwoord te kunnen laten verlopen en dat de deelnemers ook nog plezier hebben.

Wanneer u denkt te kunnen helpen dan bent u welkom en kunt u zich opgeven op het volgende emailadres: [b.donker@zonnehuisgroepnoord.nl](mailto:b.donker@zonnehuisgroepnoord.nl)

Wij proberen elke uitgave van deze krant een stukje te schrijven over wat we bespreken in de cliëntenraad en over een activiteit voor de bewoners van het Zonnehuis Oostergast.

De cliëntenraad heeft zelf nog mensen nodig die willen meedoen. Ook horen we graag bewoners of verwanten die vinden dat er ook aandacht besteed moet worden aan bepaalde zaken. Wanneer u lid wilt worden van de cliëntenraad of een suggestie heeft kunt u mailen naar [CROOSTERGAST@GMAIL.COM](mailto:CROOSTERGAST@GMAIL.COM)

Via het servicebalie kunt u ook altijd een bericht aan ons kwijt zij weten ons wel te vinden.

Nu alvast een prettige vakantie gewenst en tot een volgende keer.

Fred Roerig uit Groningen.

Partner van een mevrouw ,die verblijft op de somatiek afdeling .

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Maandag 29 juli</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Jeu de Boules*	10.00-11.15 uur	Dorpsplein	Saskia Terpstra
Bibliotheek	10.30-11.30 uur	Dorpsplein	Vrijwilligers

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Dinsdag 30 juli</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 Baukje Donker

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Woensdag 31 juli</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Zingen met DJ Kees	10.00-11.15 uur	Dorpsplein	Saskia Terpstra
<b>GEEN Sport en Beweging ivm vakantie</b>			

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Donderdag 1 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Sjoelen PG*	10.00-11.30 uur	De Koepel	Saskia Terpstra
Zonnetuin	10.00-12.00 uur	Terras Tuin	Vrijwilligers Saskia Terpstra
<b>Bingo</b> <b>Kosten voor deze middag zijn €2,00</b>	15.00-16.00 uur	Huiskamer van de Oostergast	Saskia Terpstra

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Vrijdag 2 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Spelochtend*	10.00-11.30 uur	De Koepel en het Dorpsplein	Saskia Terpstra Baukje Donker
Pendeldienst Zonnelijn dorp Kosten €1,-	Elk half uur tussen <b>13.30- 15.00 uur</b>	Dorpsplein/ Centrum Zuidhorn vice versa	
Snackmiddag in de Huiskamer Oostergast	16.00-18.30 uur	Huiskamer Oostergast	

<b>Zaterdag 3 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	
<b>Geen Activiteit</b>			

<b>Zondag 4 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Oecumenische viering	11.00-11.45 uur	De Koepel	Voorganger Mw R. Mulderij Grootegast



**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Maandag 5 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
<b>GEEN Jeu de Boules ivm vakantie</b>			
Bibliotheek	10.30-11.30 uur	Dorpsplein	Vrijwilligers
Vrouwenspektakel*	14.30-15.30 uur	t' Hoekje	Baukje Donker

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Dinsdag 6 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
<b>Geen Handwerken ivm vakantie</b>			
Bijbelgesprekskring	10.30-11.30 uur	De Koepel	Voorganger Ds B. Borger

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Woensdag 7 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
<b>GEEN Zingen ivm vakantie</b>			
<b>GEEN Sport en Bewegen ivm vakantie</b>			

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Donderdag 8 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Sjoelen PG*	10.00-11.30 uur	De Koepel	Baukje Donker
Zonnetuin	10.00-12.00 uur	Terras Tuin	Vrijwilligers Saskia Terpstra

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Vrijdag 9 augustus</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
Pendeldienst Zonnelijn dorp Kosten €1,-	Elk half uur tussen <b>13.30- 15.00 uur</b>	Dorpsplein/ Centrum Zuidhorn vice versa	
Snackmiddag in de Huiskamer 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 10 augustus			
Activiteit	Tijd	Plaats	
Geen activiteit			

Zondag 11 augustus			
Activiteit	Tijd	Plaats	Leider
Oecumenische viering	11.00-11.45 uur	De Koepel	Voorganger Ds A. Elverdink Zuidhorn
Start Zondagavondzang	18.30-19.30 uur	Dorpsplein	o.l.v. Mw M. Wildeboer



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**

<b>Maandag 12 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Jeu de Boules	10.00-11.15 uur	Dorpsplein	Baukje Donker
Bibliotheek	10.30-11.30 uur	Dorpsplein	Vrijwilligers
<b>Herensociëteit*</b>	14.30-15.30 uur	De Koepel	Baukje Donker

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Dinsdag 13 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
<b>Geen Handwerken ivm vakantie</b>			
Bloemschikken*	10.00-11.30 uur	De Koepel	Vrijwilligers Jantina Ros
Bloemschikken* <b>Alleen voor de PG afdeling</b>	<b>14.30-15.30 uur</b>	De Koepel	Jantina Ros

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Woensdag 14 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Zingen met DJ Kees	10.00-11.15 uur	Dorpsplein	Jantina Ros
Sport en bewegen*	<b>14.30-15.30 uur</b>	De Koepel	Jantina Ros

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Donderdag 15 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Sjoelen PG*	10.00-11.30 uur	De Koepel	Baukje Donker
Zonnetuin	10.00-12.00 uur	Terras Tuin	Vrijwilligers Saskia Terpstra

**Zonnetuin 2024.**

Op de donderdagochtend van 10.00 uur tot 12.00 uur zijn de vrijwilligers aanwezig in de tuin bij het terras, mocht u als bewoner zin hebben om de groep te helpen, of een praatje te maken kopje koffie te drinken, dan is dit mogelijk.

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Vrijdag 16 augustus</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
Pendeldienst Zonnelijn dorp Kosten €1,-	Elk half uur tussen <b>13.30-</b> <b>15.00 uur</b>	Dorpsplein/ Centrum Zuidhorn vice versa	
Snackmiddag in de Huiskamers Oostergast	16.00-18.30 uur	Huiskamer Oostergast	

<b>Zaterdag 17 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	
Geen activiteit			

<b>Zondag 18 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Oecumenische viering	11.00-11.45 uur	De Koepel	Voorganger Dhr J. Visser Steenwijk

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Maandag 19 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Jeu de Boules	10.00-11.15 uur	Dorpsplein	Baukje Donker
Bibliotheek	10.30-11.30 uur	Dorpsplein	Vrijwilligers

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Dinsdag 20 augustus</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 Jantina Ros
Bijbelgesprekskring	10.30-11.30 uur	De Koepel	Voorganger Ds G. Rol

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Woensdag 21 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Zingen met DJ Kees	10.00-11.15 uur	Dorpsplein	Jantina Ros
Sport en Bewegen*	<b>14.30-15.30 uur</b>	De Koepel	Jantina Ros

**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Donderdag 22 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Sjoelen PG*	10.00-11.30 uur	De Koepel	Baukje Donker
<b>Zonnetuin</b>	10.00-12.00 uur	Terras Tuin	Vrijwilligers Saskia Terpstra



**\*Nieuwe leden aanmelden**

<b>Vrijdag 23 augustus</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
Pendeldienst Zonnelijn dorp Kosten €1,-	Elk half uur tussen <b>13.30- 15.00 uur</b>	Dorpsplein/ Centrum Zuidhorn vice versa	
Snackmiddag in de Huiskamers Oostergast	16.00-18.30 uur	Huiskamer Oostergast	

**Pendeldienst**

Deze vervoersdienst brengt u elke vrijdagmiddag met de Zonnehuisbus naar het centrum van Zuidhorn.

De bus rijdt heen en terug om 13.30, 14.00, 14.30, 15.00 vanaf het Dorpsplein naar het centrum, de laatste bus gaat om 15.00 uur terug naar het Zonnehuis.

De kosten zijn: 1 euro, heen en terug

Kunt u niet alleen reizen, neem dan begeleiding mee

Wilt u gebruik maken van deze pendeldienst dan kunt u zich aanmelden bij de servicebalie.



<b>Zaterdag 24 augustus</b>			
<b>Activiteit</b>	<b>Tijd</b>	<b>Plaats</b>	<b>Leider</b>
Geen Activiteit			

Zondag 25 augustus			
Activiteit	Tijd	Plaats	Leider
Oecumenische viering	11.00-11.45 uur	De Koepel	Voorganger Ds Tigelaar Zuidhorn
Zondagavondzang	18.30-19.30 uur	Dorpsplein	o.l.v. Mw A. Wildeboer



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.

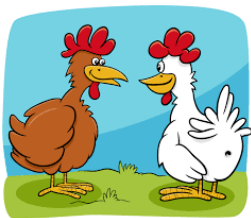
0594 508518 of [b.donker@zonnehuisgroepnoord.nl](mailto:b.donker@zonnehuisgroepnoord.nl)



Wat zouden we zijn zonder vrijwilligers binnen het Zonnehuis. Al de vrijwilligers zorgen ervoor dat bewoners die afhankelijk zijn van zorg méér aandacht en hulp krijgen, en zoveel mogelijk het leven kunnen leiden zoals zij dat willen. Daarnaast ondersteunen zij beroepskrachten in de zorg bij hun werk. Vrijwilligers zijn binnen het Zonnehuis van onschatbare waarde.

Elke maand zal ik in dit activiteitenprogramma een aantal vrijwilligersvacatures uitlichten. Bent u opzoek naar vrijwilligerswerk of kent u iemand die vrijwilligerswerk zoekt, bent u al vrijwilliger en bent u toe aan een andere uitdaging? Wie weet is dit het moment.

### Verzorging van kippen



Binnen de Woonhaven aan de Cursastraat 8/12 hebben ze gezinsuitbreiding gekregen en wel van 4 kippen. De kippen zijn een leuke bezienswaardigheid en hebben een positief effect op de bewoners, maar ze kunnen ze niet zelf verzorgen. Vaak vindt men het wel fijn om een handje mee te helpen. Hebt u affiniteit met kippen en zou u een steentje willen bijdragen bij de verzorging? Dan kom ik graag met u in contact.

## **Sportieve en enthousiaste fietsvrijwilliger**



Wij zijn op zoek naar enthousiaste, sportieve vrijwilligers die bewoners willen begeleiden bij het fietsen op de duo-fiets. Het gaat hierbij vooral om gezelligheidsritjes in Zuidhorn, samen fietsen op de duo-fiets. De tijden voor het fietsen kunnen in overleg worden gepland. U wordt gekoppeld aan eenzelfde bewoner. Op deze manier leert u elkaar kennen en kan er een fijne relatie ontstaan.

## **Begeleiders voor het brengen van bewoners naar het restaurant**



Bewoners van de woonzorg appartementen en de revalidatie hebben de gelegenheid om tussen de middag te eten in het restaurant.

Hiervoor zijn we opzoek naar begeleiders, die bewoners naar het restaurant brengen en na het eten terug naar het appartement. In de tussentijd kunt u ook genieten van een warme maaltijd die u door het Zonnehuis wordt aangeboden. U werkt binnen een team van vrijwilligers volgens een vast rooster, die in samenspraak met uw en naar uw wens wordt gemaakt.

## Vrijwilliger revalidatie centrum



Revalideren is topsport! Revalidanten worden zoveel mogelijk uitgedaagd via allerlei oefenmomenten om iets zelfstandig te doen. Het zorgteam en de vrijwilligers zijn één team met één taak: zorgen dat revalidanten zo snel mogelijk weer zelfstandig functioneren. Als vrijwilliger kun je daar zeker je steentje aan bijdragen!

**Aandacht voor de revalidant staat centraal.** Dat is de rol van gastvrouw/gastheer. Voorbeelden van werkzaamheden:

- Koffie/thee rondes
- Afwasjes doen
- Praatje maken
- Spelletje spelen
- Wandeling maken

## Gastheer of gastvrouw in de huiskamer



Wij zoeken enthousiaste vrijwilligers met affiniteit voor de doelgroep, die gemakkelijk contact leggen, behulpzaam en alert zijn en die de functie van gastvrouw/heer willen bekleden binnen de gezamenlijke huiskamer. De werkzaamheden zijn verschillend van aard. Het begeleiden bij de maaltijden, het verzorgen van de koffie/thee, een spelletje doen of een praatje maken. U wordt onderdeel van een vast team, leert nieuwe mensen kennen en doet nieuwe ervaringen op.

## Vrijwilligerscoördinator

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

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

**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 de ideeënbus op het Dorpsplein. 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)