



Nieuwsbrief

Kracht Beweging Ontmoeting

Website : kbo-provinciegroningen.nl/stadskanaal

Email : kbostadskanaal@gmail.com

Bankrek: NL89 RABO 0318 1432 24

Stadskanaal

Jaargang 37 Nummer 12 december 2025

Bezigheidstherapie

Bezigheidstherapie wordt voornamelijk toegepast bij langdurige zieken (zowel lichamelijk als geestelijk zieken), maar ook bij revaliderenden en bejaarden. Volgens bepaalde opvattingen is dit geen echte vorm van behandeling, maar wordt door bezigheidstherapie alleen de aandacht van de patiënt afgeleid van zijn toestand. Een andere opvatting is, dat door deze bezigheid in een bepaald deel van de hersenen de creativiteit in positieve zin wordt gestimuleerd en ontwikkeld, wat te maken zou hebben met de lateraliteit (men bedoelt hiermee vooral verschillen in zintuiglijke, motorische, cognitieve en emotieve functies.) van de beide hersenhelften. Veelal heeft bezigheidstherapie een gunstig ondersteunend effect op de medische behandeling.



Kunst en Kitsch



Met 41 leden luisterden we aandachtig naar het verleden van Boerema en het ontstaan van zijn passie voor kunst en kitsch. Verhalen van de eerste aankoop van zijn vader. Na de pauze werden de meegebrachte voorwerpen uitgebreid besproken en getaxeerd. Een presentatie die aanbevelenswaardig is.

In deze uitgave

Bezigheidstherapie	1
Kunst en Kitsch	1
Een wonderlijke kerst	2
Mini Beef Wellington	3
Activiteiten	4
Zoektocht	5
Een witte kerst	5-6
Jarig	6
Adventsviering	6
Bert Roossien	6

Info KBO Stadskanaal
tel 06 21200262

Bestuur

Voorzitter	Dineke Bruining 0599 619 795
Secretaris	Berty Oostendorp 06 33789936
Penningmeester	Martien de Haan 0599 610 865
bestuurslid	Ada Kuper 0599 611 149
bestuurslid	Anneke Leegte 0599 620 259
bestuurslid	Tilla Wever 06 25522108
bestuurslid	Henk Arends 0599 412 228

Leden administratie

Herman Bruining 0599 619795

Bezorging magazine

Herman Kappen 0599 619 774

Attentie zieken

Ada Kuper 0599 611

Een wonderlijke Kerst

De wind zwiept de takken wild heen en weer. De regen vult de plassen overvol.

Iris trekt haar neus op. 'Bah, het lijkt wel herfst en de juf zei dat de winter vandaag begint.'

'Als het winter is, dan moet er toch sneeuw vallen in plaats van regen, mama?' vraagt Max.

Ik glimlach. 'Dat hebben we helaas niet voor het zeggen.'

'Misschien gaat het met Kerst wel sneeuwen!'

'Daarvoor moet het vriezen en daar ziet het voorlopig niet naar uit.'

'Maar toch,' zegt Iris, 'je weet het maar nooit.'

'Nee,' herhaal ik, tegen beter weten in, 'je weet het maar nooit.'

De volgende morgen trekken Iris en Max verwachtingsvol de rolgordijnen op. Zou het?

Als ik hun teleurgestelde gezichtjes zie, kan ik mezelf wel voor mijn hoofd slaan, omdat ik hun hoop aangewakkerd heb. Natuurlijk is er geen sneeuw gevallen. De regen striemt nog steeds tegen de ramen.

'Luister eens. Een witte Kerst, dat gaat niet gebeuren dit jaar. Maar weet je wat? Vanmiddag uit school gaan we koekjes bakken. Echte kerstkoekjes.'

Dat vooruitzicht maakt gelukkig veel goed.

Op de vroege morgen van de allerlaatste dag voor de kerstvakantie, dwarrelen er grote, witte vlokken in het licht van de buitenlamp. Ik haast me naar buiten om het fenomeen beter te kunnen zien. Uit het felverlichte, wijdgeopende venster op de bovenste verdieping, klinkt gegiechel. De bui stopt abrupt en het raam wordt met een klap gesloten.

Het wit, dat een gedeelte van het gras bedekt, herken ik als toiletpapier, versnipperd in duizenden stukjes.



Iris en Max komen ook naar buiten, nog steeds een beetje giebelend.

Ik besluit hun spelletje mee te spelen. 'Hebben jullie gezien dat het gesneeuwd heeft?'

'Sneeuw? Nee joh. Dat is papier!' roept Max. 'We moeten lege wc-rollen meenemen naar school om engelen te maken, maar die konden we nergens vinden.'

'Aha! Dus toen hebben jullie velletjes van een volle rol in stukjes gescheurd?'

Schuldbewust toveren ze allebei vier lege rollen achter hun rug tevoorschijn.

Daar gaat mijn voorraad ... Ondanks dat, schiet ik in de lach. 'Jullie hebben in ieder geval wel gezorgd voor een wonderlijke witte Kerst.'

Iris raapt een handvol wit uit het gras en laat het sneeuwen boven onze hoofden. 'Zie je wel dat het kan. Ik zei het toch: je weet het maar nooit!'

Maar Max schudt zijn hoofd en fluistert: 'Het komt door de engelen.'



Mini Beef Wellington

De klassieke beef Wellington, maar dan in het klein

Ingrediënten:

4 stuks	ossenhaasbiefstuk
25 gram	ongezouten roomboter
250 gram	kastanjechampignon
2 tenen	knoflook
4 takjes	verse tijm
8 plakken	serranoham
270 gram	vers bladerdeeg
1	middelgroot ei



Aan de slag

1. Verwarm de oven voor op 220 °C.
2. Dep de ossenhaas droog met keukenpapier en bestrooi met peper en zout. Verhit 15 g boter (per 4 personen) in een koekenpan en bak het vlees in 1 min. rondom bruin. Neem uit de pan en laat afkoelen op een bord.
3. Snijd de champignons en knoflook zeer fijn. Ris de blaadjes van de tijm. Verhit de rest van de boter in een koekenpan en bak de champignons, knoflook en $\frac{3}{4}$ van de tijm ca. 5 min. op middelhoog vuur tot het vocht is verdampt. Breng op smaak met peper en eventueel zout. Laat goed uitlekken en verdeel over een bord.
4. Leg 2 plakken ham op een stuk vershoudfolie. Laat de plakken elkaar overlappen en verdeel $\frac{1}{4}$ van de champignons erover. Leg er een stuk vlees op en rol de ham met behulp van de vershoudfolie strak om de ossenhaas. Herhaal met de andere stukken ossenhaas.
5. Snijd het bladerdeeg in 4 gelijke stukken. Neem de stukken ossenhaas uit de folie en leg in het midden van elk stuk deeg een stuk ossenhaas. Vouw het deeg dicht tot een pakket, laat de randen 1 cm overlappen. Draai de mini beef Wellingtons voorzichtig om, zodat de naad van het deeg niet meer zichtbaar is en verdeel over een met bakpapier beklede bakplaat.
6. Maak met een mes een ruitpatroon op de bovenkant van de pakketjes zonder het deeg door te snijden. Splits het ei, het eiwit wordt niet gebruikt. Klop de eidooier los en bestrijk met een bakkwast de bovenkant van de Wellingtons met het ei. Bak de mini beef Wellingtons 15-20 min in het midden van de oven of tot de kernthermometer (optioneel) 48 °C aangeeft. Garneer de mini beef Wellingtons met de rest van de tijm.

Bereidingstip

Je kunt de ossenhaas 1 dag van tevoren bereiden tot en met het oprollen van het vlees in de ham. Bewaar in vershoudfolie in de koelkast. Laat het vlees voor je verder gaat op kamertemperatuur komen. Begin maximaal 3 uur van tevoren met de volgende stap.

Activiteiten

Fietsen

Elke dinsdag gaan we om 13:30 uur fietsen. In de wintermaanden en bij slecht weer gaat het fietsen niet door.

Coördinatie: Tiny Schomaker

0599 619642

Deel je hobby

Vindt u het leuk om over uw hobby te vertellen? En daarmee misschien wel andere senioren te inspireren om die hobby ook op te pakken? Maak een artikel of foto's over uw hobby en stuur het door naar ons.

Met deze verhalen hoopt KBO Stadskanaal dat senioren andere senioren gaan inspireren om een (nieuwe) hobby op te pakken. Maar het is natuurlijk ook gewoon leuk om iets te laten zien over je passie.

Wat te doen

Mail foto's in klein formaat naar kbostadskanaalpuzzel@gmail.com

Coördinatie: Martien de Haan

0599 610865



Leesclub

De leesclub komt gemiddeld vier maal per jaar bijeen. In voorgaande seizoenen zijn besproken:

De perfecte stilte van Thomas Verbogt.

Selma van Carolyn Visser

Wie het mooist valt van Sara Novic

Wees onzichtbaar van Murat Isik

Tijdens de bijeenkomsten worden data en boeken vastgesteld.



Coördinatie: Dineke Bruining

0599 619795

Wandelen

6 december 8km we starten om 9:00 uur vanaf het RK Kerkplein.

20 december 5km starten we om 9:30 uur bij het Pagecentrum.

Coördinatie: Ruud Kuper

0599 611149

Lydie van de Wiel

0599 618804

Klaverjassen

Elke vrijdagmiddag van 13:00 tot uiterlijk 16:30 uur klaverjassen in de Spont. In samenwerking met Welstad.

We beginnen in september en kaarten tot en met mei, in de zomermaanden kaarten we niet. We kunnen nog wel nieuwe kaarters gebruiken. We kaarten niet direct voor prijzen, punten worden wel bijgehouden en eind mei is er een winnaar. Wij klaverjassen Amsterdams. Kom gerust eens kijken, je mag 2 keer meespelen om te kijken of het wat voor je is.

Coördinatie: Anneke Leegte

0599 620259

Zoektocht.



kunnen we dat organiseren. Op het voorblad kun je de telefoonnummers van de bestuursleden vinden.

Een witte Kerst

Er was eens een man die het kerstfeest grondig wilde vieren. Hij haalde een laddertje uit de schuur en spande langs het plafond de rode papieren slingers die daarvoor garant zijn. Aan de lamp hing hij een van die rode bellen, die opgevouwen weinig lijken, maar naderhand nog aardig meevallen. Toen dekte hij de tafel. Hij had hiervoor uren lang over drie winkels verdeeld in de rij gestaan, maar het zag er dan ook goed uit. Naast elk bord stak hij ten slotte een kaarsje aan, waarvan je er tien in een doos koopt, en klapte in zijn handen. Dit was het teken om binnen te komen. Zijn vrouw en kinderen, die al die tijd in de keuken elkaar met een verlegen glimlach hadden aangekeken, kwamen bedremmeld binnen. “Nee maar,” zeiden ze, “dat had je niet moeten doen.” Maar omdat hij het toch gedaan had gingen ze blij zitten en keken elkaar warm aan. “

En nu gaan we niet alleen smullen,” zei de man, “we moeten ook beseffen wat er nu eigenlijk gebeurd is.” En hij las voor hoe Maria en Jozef alle herbergen aflieden, maar nergens was er plaats. Maar het kind werd ten slotte toch geboren, zij het in een stal. En toen begonnen ze te eten, want nu mocht het, al was er dan veel ellende in de wereld. “Kijk,” zei de man “dat is nu Kerst vieren en zo hoort het eigenlijk.” En daarin had hij gelijk. En zij verwonderden zich over de hardvochtigheid van al die herbergiers, maar het was ook tweeduizend jaar geleden moet je denken, zo iets kwam nu niet meer voor. En op dat ogenblik werd er gebeld. De man legde de banketstaaf die hij juist aan de mond bracht, verstoord weer op zijn bord. “Dat is nu vervelend,” zei hij, “er is ook al tijd wat.” Hij knoopte zijn servet los, sloeg de kruimels van zijn knie en slofte naar de voordeur. Er stond een man op de stoep met een baard en heldere, lichte ogen. Hij vroeg of hij hier ook schuilen mocht, want het sneeuwde zo. Het was namelijk een witte Kerst, dat heb ik nog



vergeten te zeggen, hoe kan ik zo dom zijn. De beide mannen keken elkaar een ogenblik zwijgend aan en toen werd de een door een grote drift bevangen. "Uitgerekend op Kerstmis," zei hij, "zijn er geen andere avonden." En hij sloeg de deur hard achter zich dicht.

Maar terug in de kamer kwam er een vreemd gevoel over hem en de tulband smaakte hem niet. "Ik ga nog eens even kijken," zei hij, "er is iets gebeurd, maar ik weet niet wat." Hij liep terug naar de stoep en keek in de warrelende sneeuw. Daar zag hij de man nog juist om de hoek verdwijnen, met een jonge vrouw naast zich, die zwanger was. Hij holde naar de hoek en tuurde de straat af, maar er was niemand meer te zien. Die twee leken wel in de sneeuw te zijn opgelost. Want het was, zoals gezegd, een witte Kerst.

Toen hij weer in de kamer kwam zag hij bleek en er stonden tranen in zijn ogen. "Zeg maar even niets," zei hij, "die wind is wat schraal, het gaat wel weer over." En dat was ook zo, men moet zich over die dingen kunnen heen zetten.

Het werd nog een heel prettig Kerst feest, het was in jaren niet zo echt geweest. Het bleef sneeuwen, de hele nacht door en zelfs het kind werd opnieuw in een schuur geboren.

Jarig



Ciska Funk-Zoelman,
Herman Kappen,
Anneke Leegte-Baars,
Gineke Mulder,
Corry Noordermeer-Borger en
Bertus Scholte Aalbes.

Van harte gefeliciteerd

Adventsviering

10 December 14:00 uur adventsviering.

De advent is de aanloop naar kerst. Daarom staat deze middag in de sfeer van kerst. Een periode van verwachting en hoop. Wij doen dat met gezellig samenzijn en een feestelijke broodmaaltijd. Deze wordt elk jaar door het team catering verzorgd.

Zorg dat u van te voren niet teveel eet.

Woensdagmiddag in Buurtcentrum Maarswold.

Bert Roossien

Historicus Bert Roossien presenteert een voorstelling met oude foto's uit het archief van het Streekhistorisch Centrum Stadskanaal. Het gaat over de verschillende architectuurstijlen in de regio, onder meer de Jugendstil, Amsterdamse School en het moderne naoorlogse bouwen.

Woensdagmiddag 14 januari 14:00 uur
in Buurtcentrum Maarswold

