



Nieuwsbrief juni 2024

OC Amersfoort

Spinetpad 2 3822DT

TEL: 06-41114092

ocamersfoort@kingarthurgroep.nl

Beste lezers,

Hierbij ontvangt u onze nieuwsbrief voor de maand juni.

Wij vragen uw speciale aandacht voor de geheel vernieuwde

website van de King Arthur Groep en nieuws vanaf Lindenhorst, onze woonlocatie.

Verder kijken we terug op de afgelopen maand op ons OC en laten we het nieuwe programma en menu voor de maand juni zien. Aan het einde treft u mantelzorgnieuws uit de omgeving aan.

Veel leesplezier!

Hartelijke groeten namens het team:

Andre- Daimy -Linda- Wissal -Yasmina -Marja.



Terugkijken op de afgelopen maand

Afgelopen maand konden we regelmatig buiten op ons zonnige terras zitten en knoopten we nieuwe contacten aan met de bezoekers van het buurthuis, de kinderen van het kinderdagverblijf naast ons en ook de naaclub in het Middelpunt. De dames van deze naaclub hebben ervoor gezorgd dat onze nieuwe tafelkleden voor buiten nu keurig zijn omgezoomd en dat we 2 warme omslagdoeken op maat hebben gekregen voor de koudere dagen. Beter een goede buur...



We zijn deze maand met elkaar op een soort tijdreis gegaan. Terug in de tijd met o.a. Batavieren, de Vikingen, hunebed en wonen op een terp. Leuk om samen over dit thema te praten, ons erin te verdiepen, uitleg te krijgen en ook creatief mee bezig te zijn voor wie dat wilde. Zo mogelijk werd de maaltijd hierop aangepast.

Onze vrijwilligster Linda bleek een groot Songfestival deskundige en zij verzorgde voor ons een ochtend vol Eurovisie muziek van lang en minder lang geleden. Topsongs, achtergronden en ook de flops kwamen langs...Joost Klein werd niet door iedereen gewaardeerd. Omdat dit jaar Zweden het gastland was aten we die dag natuurlijk Zweedse balletjes van de Blauw Gele Woongigant met veenbessenjam.

Op creatief gebied was er voor de liefhebbers weer genoeg te doen. Zo is er geboetseerd, geschilderd en ook werden er Kwart-bloemen ingekleurd die met z'n vieren bij elkaar een mooie kleurrijke bloem vormde. Sommige dames namen hun handwerk van thuis mee om er op het OC mee verder te gaan. Ook werd er fanatiek aan diamondpaint gedaan, rolde de ballen uit de ballenbak en de kegelbaan regelmatig door de tent en was de woordzoeker weer favoriet.



Bewegen is voor iedereen gezond, dus we probeerden dagelijks iets aan onze conditie te doen. Bij mooi weer werd er gewandeld buiten en regelmatig deden we beweeg oefeningen op muziek. Iedereen kon hieraan meedoen, zowel zittend op een stoel als staand.



Op een mooie vrijdag zijn we in Zeist naar de Ezel sociëteit geweest. Na een gastvrije rondleiding tussen de ezels en geiten konden we op het zonnige terras genieten van onze lunch met het nodige gebalk op de achtergrond.

Culinair zat het afgelopen maand ook wel goed. Zo aten we voor de eerste keer Harira met Turks brood en Humus. Voor herhaling vatbaar en lekker zomers, aldus de deelnemers. Met elkaar werden er de nodige kilo's aardappelen geschild en groenten schoongemaakt en gesneden.

Er werd regelmatig samen iets gebakken voor bij de koffie en natuurlijk mocht bij oplopende temperaturen een ijsje niet ontbreken.

Verder was er gelegenheid genoeg om rustig een tijdschrift te lezen, een potje te dammen, te puzzelen of met elkaar in gesprek te gaan. We hebben verjaardagen gevierd, hadden een heel mooi en sfeervol muzikaal optreden van het duo Un-tailord suits en hebben we nu voortaan iedere dag het AD op het OC, voor wie op de hoogte wil blijven van het wereldnieuws. (Met dank aan de burens van Het Middelpunt)

Programma juni 2024



Dag	Datum	Op het menu:	Dag thema/activiteit
maandag	03-06-2024	Stamppot andijvie met worst en spek	Kloosters
dinsdag	04-06-2024	Fusilli met romige saus	Kalligrafie
woensdag	05-06-2024	Rösti met gemengde groente	Spellen uit de kast
donderdag	06-06-2024	Nasi met saté	Bewegen op Muziek
vrijdag	07-06-2024	Ovenschotel met broccoli en kaas	Muzikaal spektakel
maandag	10-06-2024	Macaroni met salade	Brain- trainer
dinsdag	11-06-2024	Hartige taart	Witte Wieven en Volksverschijnselen.
woensdag	12-06-2024	Streekgroentes	Beeldenstorm
donderdag	13-06-2024	Frites Krokot en appelmoes	Gluren bij onze Zuiderburen
vrijdag	14-06-2024	Chicken tonight met rijst	Muzikale klanken van lang geleden
maandag	17-06-2024	Bloemkool met kerrie saus	Willem van Oranje
dinsdag	18-06-2024	Hutspot	Leidens Ontzet
woensdag	19-06-2024	Pannenkoeken!	Alva verloor den Briel
donderdag	20-06-2024	Vissticks met gebakken aardappel	Hoekse en Kabeljauwse twisten
vrijdag	21-06-2024	Bruine bonen	Olympiade
maandag	24-06-2024	Zomerse salade met soep en brood	Vrede van Munster
dinsdag	25-06-2024	Spaanse Tapas	de Zeven provinciën
woensdag	26-06-2024	Marokkaans	Uit de boekenkist van Hugo de Groot
donderdag	27-06-2024	Sperziebonen in jachtsaus	Bewegelijke ochtend
vrijdag	28-06-2024	Spaghetti bolognese met salade	Met muziek de maand uit.





KING ARTHUR GROEP

Nieuws vanuit de King Arthur Groep

Wist u al dat de KAG een nieuwe website heeft?

www.kingarthurgroep.nl

Wilt u op de hoogte blijven van het nieuws en activiteiten van King Arthur Groep? Volg ons dan op Social Media.

Hier plaatsen we foto's, verhalen en nieuws rondom onze dienstverlening.

Of meld je aan voor het ontvangen van onze digitale nieuwsbrief.

[Aanmelden nieuwsbrief](#)

Als u altijd al eens een kijkje had willen nemen op onze woonlocatie

Lindenhorst is dit uw kans!

ZOMERMARKT
Zaterdag 29 juni
11.00 - 15.00 uur

Met onder andere:

Oude spulletjes | Kerstdecoratie | Servies | Boeken |
Schilderijen | Plantjes | Blik gooien | Hapje en drankje

Vanaf 14.00 uur een optreden van

Pebbles
popkoor



De opbrengst gebruiken we voor een uitje met onze bewoners.

King Arthur Groep, locatie Lindenhorst

Zevenhuizerstraat 152B

3751 LD Bunschoten-Spakenburg

‘Wandelend op weg naar meer balans’ voor mantelzorgers

Als mantelzorgers zorg je voor familie, vrienden die langdurig ziek zijn en/of een beperking, verslaving hebben. Daar heb je niet voor gekozen, dat overkomt je. Als je wat langer mantelzorgers bent, kan er stress ontstaan. Er komt steeds meer bij kijken, en als je niet uitkijkt, kun je zomaar vergeten dat jij er zelf ook nog bent. Dan kun je uit balans raken. Als je dit herkent of wilt voorkomen, dan is ‘wandelend op weg naar meer balans’ iets voor jou.

3 Wandelingen in Amersfoort Zuid

van ongeveer 4 km waar je alleen of samen met een introduc e mee kan lopen

Woensdag 15 mei, 13.00 - 14.30 uur
start Quick, Dorresteinsesteeg 2

Woensdag 5 juni 13.00 - 14.30 uur
start Amsvorde, Leusderweg 310

Woensdag 26 juni 13.00 - 14.30 uur
start Huis Miereveld, Miereveldstraat 72

Onderwerpen die aan bod komen:

- welke activiteiten kosten/geven energie.
- hoe krijg ik meer balans in mijn leven
- wat helpt om meer ontspanning te krijgen

- Indeling wandeling:**
- Op de startlocatie een introductie over in balans blijven
 - Wandelend erover praten

Tijdens de wandelingen kan je vragen stellen aan Lianne Huijzendveld, buurtsportcoach Amersfoort-Zuid en Sytske Stoop, mantelzorgco rdinator Indebuurt033 met zelf mantelzorgervaring voor haar ouders en zoon. Per wandeling sluit een praktijkondersteuner van een huisarts aan.

Sytske Stoop,
mantelzorgco rdinator
Indebuurt033 **T** 06-53588846

Heb je interesse of wil je je aanmelden, neem dan contact op

E mantelzorgers@indebuurt033.nl



Themamiddag over het Levenstestament

“Hoe kan ik orde op zaken stellen?”

Woensdag 5 juni 2024 - 13:00 – 15:00 uur

Wat is een Levenstestament?

In een gewoon testament regelt u alles voor als u er niet meer bent. Maar wat als er een situatie ontstaat waarin u zelf tijdelijk of langdurig geen beslissingen meer kunt nemen? Is er iemand die dat dan voor u kan doen? Hebt u zo iemand schriftelijk aangewezen? Zijn uw wensen voor zo'n situatie duidelijk vastgelegd en bekend bij degenen die u hebt aangewezen? En zijn uw naasten van die aanwijzing op de hoogte?

Dit soort zaken kunt u regelen in een Levenstestament oftewel een aangeklede volmacht. Een document, opgesteld door u en vastgelegd bij de notaris. Mevrouw Mr. Marije Bruning van Jager Bokdam de Visser Netwerk Notarissen uit Soest komt informatie geven en uw vragen beantwoorden

Mantelzorgers uit Soest en Soesterberg zijn van harte uitgenodigd deel te nemen. Het is fijn om te weten dat u naar deze themamiddag komt. Aanmelding kan via de website www.mantelzorgcafesoest.nl door het contactformulier in te vullen of op emailadres info@mantelzorgcafesoest.nl of bellen/appen naar 06-53 79 05 98.

- Datum: woensdagmiddag 5 juni 2024
- Tijd: 13.00 tot 15.00 uur
- Plaats: Artishock, Steenhoffstraat 46a, 3764 BM Soest
- Toegang: gratis!
- Is traplopen bezwaarlijk? Laat het weten, we regelen de lift van het Museum Soest
- Aanmelden s.v.p. per email amanda.minkema@hetnet.nl of bel/app 06-53 79 05 98

Dank voor het lezen!

