

zij aan zij magazine

SOVAK



ADRIE EN BERRY AL **50 JAAR BIJ SOVAK**

*“Ik weet nog dat de
Wederik werd gebouwd”*

Editie september 2024

WIJ ZIJN DE REDACTIE



Patricia Hovelin



Jeroen Rempt



Petra Roemer

Wim Muijs
Manilyn Staaltjens - Van MourikManilyn Staaltjens -
Van Mourik

Laura van Meel



Menno van Dinter

Wil jij ook
redactielid
worden?

COLOFON

We zijn trots op deze zevende editie van ons eigen SOVAKmagazine! Mis je iets? Of wil je ons redactieteam versterken? Neem dan contact met ons op door te mailen naar communicatie@sovak.nl

Fotografie: Wim Muijs, Pix4Profs,
Manilyn Staaltjens - Van Mourik
Illustraties & design: David Raakt

SO... wat een gaaf event was dat! >>>



De zon scheen, iedereen had er zin in en ook aan ideeën voor de toekomst was er geen gebrek. Samen met jullie hebben we de eerste stappen richting de toekomst en onze nieuwe strategische koers 2025-2028 gezet.

De afgelopen jaren is er door iedereen hard gewerkt om SOVAK te laten groeien en een stevig fundament te geven. Vanuit de drie strategische thema's; 'alles met aandacht', 'de kracht van inleving' en 'jouw plek op de wereld' zijn prachtige succesvolle initiatieven ontstaan. Denk bijvoorbeeld aan De Klusbus, het methodisch werken, onze zorgprogramma's, het gebruik van de slimme sok (Hum) en MijnEigenPlan.

In onze nieuwe strategische koers kiezen we ervoor om de huidige drie strategische thema's te behouden en de transformatie richting de toekomst hierlangs vorm te geven. Een toekomst waarin cliëntvolgend werken nog centraal staat, gebruik van zorgtechnologie en informele zorg een vast onderdeel zijn van het werk, we wendbaar en flexibel zijn en inspelen op veranderingen die elkaar in een steeds sneller tempo opvolgen. Er liggen mooie kansen en ook uitdagingen voor ons in het verschiet de komende jaren.

Ik kijk ernaar uit de toekomst samen met jullie te gaan maken!

Geertje van Daalen
(Raad van Bestuur)

**“Er liggen
moeie kansen en
ook uitdagingen
voor ons in het
verschiet de
komende jaren.”**



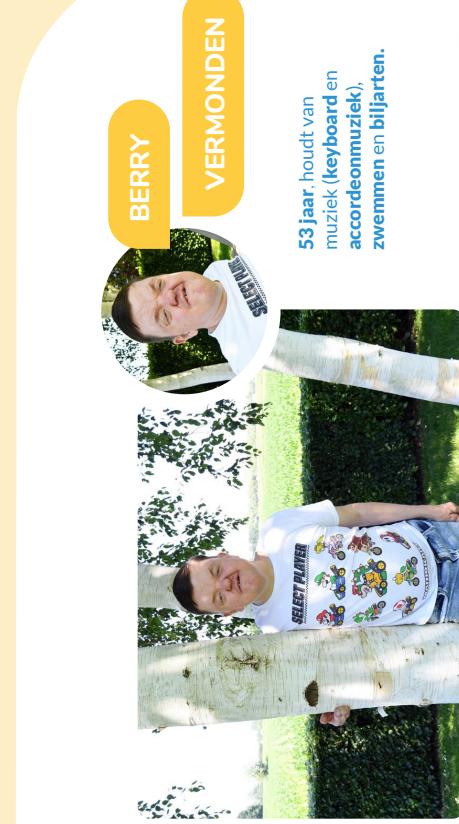
INHOUDSOPGAVE

- 2.** **Wij zijn de redactie!** Wie werkte er mee
- 3.** **Voorwoord.** Geertje aan het woord
- 6.** **Cliëntverhalen.** Adrie en Berry wonen 50 jaar bij SOVAK
- 8.** **Betekenisvol meedoen.** Iedereen verdient het om te groeien
- 10.** **Vrijwilligersverhalen.** Power Up!
- 12.** **Visieverhaal.** SO... op koers
- 14.** **Ervaringsdeskundigheid.** In gesprek over de toekomst
- 16.** **Werken bij.** Karin en Boris aan het woord
- 18.** **SOVAK in beeld.** Zoveel mooie momenten
- 20.** **In de spotlight.** Cliëntvertrouwenspersoon Jessica Column. Relatie
- 21.** **Doe-het-zelf-dagbesteding.** Verse soep maken
- 22.** **sovAkwerk.** Shoppen bij SOVAK
- 23.** **sovAkwerk.** Shoppen bij SOVAK



ADRIE EN BERRY WONEN 50 JAAR BIJ SOVAK

Op bezoek bij de mannen in hun woning aan de Wederik in Terheijden, kwamen we erachter dat ze al heel lang samenwonnen en veel activiteiten samen ondernemen.



BERRY

VERMONDEN

53 jaar, houdt van muziek (keyboard en accordeonmuziek), zwemmen en biljarten.



ADRIE



SCHILDERS

57 jaar, is dol op muziek (trommel, taptoe- en feestmuziek), zwemmen en zijn verzameling ansichtkaarten.

Berry noemt op waar hij in de afgelopen 50 jaar bij SOVAK heeft gewoond, onder andere bij Peppelveld en daarvoor bij Grijtveld. Vroeger hadden de woningen waar hij woonde geen namen maar een letter en een cijfer. T1 bijvoorbeeld. Adrie en Berry wonen nu al 24 jaar op de Wederik. Berry herinnert zich dat de woning nog werd gebouwd. Hij ging dan soms kijken hoe het ervoor stond met de bouw. Ze waren allebei bij het feestelijke moment dat de eerste steen werd gelegd.

De heren hebben het allebei goed naar hun zin op de woning. Ze hebben zo hun eigen interesses, maar doen ook veel dezelfde activiteiten. Zo pakken ze doordeweeks kunststof onderdelen in bij Appkunst en op vrijdag werken ze allebei op de Ruitersvaartseweg. Berry werkt op donderdag nog bij Tools To Work in Teteringen waar ze kisten maken.

Op woensdagavond is het stevast tijd voor de drumband. Adrie speelt de trommel en Berry keyboard. Ze kunnen erg opgaan in de muziek. Berry kan liedjes spelen en oefent daar ook goed voor. Adrie is gek op taptoemuziek. En Berry houdt van accordeonmuziek, bijvoorbeeld Jantje Koopmans. Als er feestmuziek te horen is gaat Adrie altijd in de polonaise. Beide houden ze erg van carnaval.

In het drukke programma heeft Berry op maandagavond nog tijd om in Breda te gaan biljarten bij het Jozefplein. Op donderdagavond is het voor beide heren zwemavond en in het weekend zien ze hun familie. Als er geen afspraken zijn, is Adrie graag op zijn kamer bezig met zijn verzameling ansichtkaarten. En ze helpen allebei ook mee in huis. Zo ruimt Adrie de vaatwasser uit of hij stoztuigt. En Berry ruimt het papier op. Heren, van harte gefeliciteerd met jullie jubileum bij SOVAK en nog vele jaren!



Iederen verdient het om te groeien

Annet is 44 jaar en heeft al meer dan 24 jaar werkervaring. Tijdens haar jeugd bleek dat zij moeiliijk kon leren. Ook was het voor haar lastig om contact te maken en te blijven houden. Na school is zij begonnen met werken op het activiteitencentrum in Sleurwijk.

Annet maakte zoh groei door dat haar vaardigheden niet meer pasten binnen het activiteitencentrum. Een nieuwe uitdaging was nodig. Samen met de begeleiding en de jobcoach van SOVAK, is Annet op zoek gegaan naar een werkomgeving die beter bij haar past.

Gewaardeerd medewerker

Inmiddels werkt Annet vier dagen per week bij twee verschillende werkgevers. Eén van de werkgevers is Goezate in Werkendam. Goezate is een zorglocatie voor ouderen. De werkzaamheden van Annet variëren van de afwas tot het aanvullen van de voorraad. Van het opscheppen van de maaltijden tot het rondbrengen van brood bij de bewoners. Inmiddels is Annet al ruim 7 jaar een gewaardeerde medewerker bij Goezate.



Annet: "Ik weet dat ik een beperking heb, maar dat wil niet zeggen dat ik niet mee kan doen."

Irma: "Op het werk gaan we op een andere manier met elkaar om dan thuis. Dat moet je weten en kan je leren."

Hulp van een jobcoach

Jobcoach Irma helpt Annet bij het aangaan en vasthouden van haar werk. Irma: "Op het werk gaan we op een andere manier met elkaar om dan thuis. Dat moet je weten en kan je leren." Annet merkt het ook wanneer mensen haar soms op een andere (voor haar minder prettige) manier benaderen. Wanneer dit lastig wordt voor haar, neemt zij contact op met Irma. Irma regelt dan dat zaken bespreekbaar worden gemaakt en blijven. Dat gebeurt op een dusdanige manier dat iedereen zich hierbij goed voelt en iedereen met plezier de werkzaamheden kan uitvoeren.

Irma Huisman: Irma is jobcoach en regelt in overleg een passende werkplek voor cliënten van SOVAK. Is de passende plek gevonden? Ook dan blijft de jobcoach in beeld. Irma: "Wat zo mooi is aan mijn werk? Het meemaken van de groei die cliënten mogen ervaren. Het zelfstandig gaan functioneren. Het besef dat ze collega's hebben en een collega zijn. Iedereen verdient dat!"



POWER UP!



"Vanaf het moment dat ik Toon ophaal tot ik hem na het concert weer thuisbreng. Het blijft een geweldige en bijzonder dagje uit met elkaar." "Ik wil dit blijven doen, tot het niet meer gaat", zegt Toon. "Ook dit concert van AC/DC was een enorm rockfeest! Ik wil dit blijven meemaken, samen met Ton."

In juni speelden AC/DC met hun Power Up! tour in de Johan Cruijff ArenA. Tussen de duizenden andere fans zaten Toon (74 en woon bij SOVAK) en zijn vrijwilliger Ton (54) samen op de tribune van het grote stadion in Amsterdam.

Toon: "Ik wil dit blijven doen, tot het niet meer gaat."



Foto:
Ton van Tilborg
is 54 jaar.
Hij is sinds 1 april
2013 vrijwilliger
bij SOVAK.

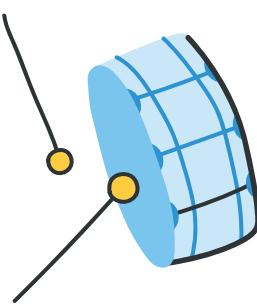


Eén keer per jaar gaan Toon en Ton naar een groot concert in Nederland. Iron Maiden (3x), Muse, Deep Purple, Neil Diamond, Kiss, Depeche Mode, Golden Earring en AC/DC; allemaal namen van bands waar zij samen naartoe zijn geweest. Destijds werkte een vriendin van Ton bij SOVAK in Dussen en zij vroeg aan hem of hij het zag zitten om één keer per jaar met Toon naar een concert te gaan. Gelukkig is Ton ook (een oude) rocker en hij hoeft er niet lang over na te denken. Nadat zij kennis hadden gemaakt, werd al snel een eerste concertbezoek naar Iron Maiden gepland. Dat was in het jaar 2013.

Aan het begin van een nieuw jaar hebben de mannen contact met elkaar en wordt een concert uitgekozen om in dat jaar naartoe te gaan. Zodra de keuze is gemaakt, regelt Ton de kaartjes. Dit jaar viel de keus op een concert van AC/DC. Op de dag van het concert haalt Ton Toon op in Dussen en rijden ze naar de concertlocatie. Daar eten ze een hapje en drinken wat. Het wachten totdat het concert begint, is geen probleem. "Wij kijken onze ogen uit naar alle mensen die er rondlopen", aldus Toon. "Het is fantastisch om dit samen te doen" zegt Ton.



Aan de slag als vrijwilliger?
Kijk voor meer informatie op:
[www.werkenbijsovak.nl/
vrijwilligerswerk](http://www.werkenbijsovak.nl/vrijwilligerswerk) of scan de QR-code.



SO... OP KOERS

SOVAK heeft de afgelopen jaren veel ambities kunnen waarmaken. Er zijn verbeteringen doorgevoerd en mooie successen bereikt. Tegelijk weten we dat de wereld om ons heen steeds in beweging blijft en wij daarin blijven meebewegen. Maar dat doen we niet zomaar. We kiezen hierbij de koers die het best bij ons past. Sinds mei zijn we aan de slag om onze koers voor de jaren 2025-2028 samen te bepalen.



Meer dan vijftig mensen reageerden op de oproep om mee te denken over de koers van SOVAK en de route eraartoe.

Eerste bijeenkomst kopersbepalers



Op bezoek bij vier andere organisaties om te leren en om inspiratie op te doen voor de toekomst van SOVAK.
Scan de QR-code en bekijk het filmpje.

Werkbezoekken kopersbepalers



Onze ervaringsdeskundigen stelden vier vragen aan medewerkers, cliënten, vrijwilligers en verwanten over de toekomst van SOVAK. Benieuwd naar de antwoorden? Scan de QR-code en bekijk het filmpje.

Vlogtour

SO... op koers event

juni



In skatepark Pier15 in Breda nam spreker Roger Boersma ons mee naar 2040. Hoe ziet de zorg er dan uit? Marie-Louise en Geertje (Raad van Bestuur) deelden hun visie op de toekomst en samen keken we naar de video's van de koersbepalers en de vlogtour. Met magneteetstickers plakten de aanwezigen hun ideeën voor de koers van SOVAK op een groot bord.



Onze drie strategische thema's van de afgelopen jaren: **Alles met aandacht, De kracht van inleving & Jouw plek in de wereld blijven hetzelfde.** Alleen de invulling passen we aan met een nieuwe blik op de toekomst en de ideeën die we met elkaar in mei en juni hebben opgehaald.

juli / oktober
Keuzes maken



Tijdens regiobijeenkomsten presenteren we aan jullie de nieuwe strategische koers voor 2025-2028 en delen we het A3 plan voor 2025.

december/januari

Nieuw strategisch plan & A3 plan 2025 gereed



Vlogtour

BUREAU KIK VRAAGT NAAR DE TOEKOMST VAN SOVAK



In dit magazine besteden we veel aandacht aan de nieuwe strategische koers 2025-2028 van SOVAK. Hans van Bureau KIK ging tijdens het SO... op koers event in gesprek met Marie-Louise en Geertje (Raad van Bestuur) over de toekomst van SOVAK.

Wat zien jullie in de toekomst veranderen?

Marie-Louise: "Ik zie meer inzet van technologie, een verschuiving van werkzaamheden en meer samenwerking met mensen zonder zorgachtergrond. We moeten over de grenzen van de eigen organisatie heen kijken." Geertje vult aan: "Meedoen in de samenleving is een belangrijker thema geworden. Dat moeten we nog meer stimuleren als organisatie."

Hoe geven we dat vorm in de toekomst?

Marie-Louise: "Met deze nieuwe koers steken we in op sociale innovatie op de lichtere zorg, dus inzetten op meedoen in de samenleving, op ervaringsdeskundigheid en op werk voor cliënten. Dat zie je nu ook steeds verder ontwikkelen binnen de organisatie, zoals bijvoorbeeld in de gemengd wonen projecten van De Rijp in Breda en De Boezem in Zevenbergen. Ik had in 2017 niet kunnen bedenken dat SOVAK bij deze mooie initiatieven in 2024 betrokken zou zijn." Geertje: "Dit is een mooi voorbeeld van onze kernwaarde ondernemend. Zoalsje dat nu ook ziet met alle vernieuwende initiatieven, zoals de slimme sok of MijnEigenPlan. We tonen meer lief en zijn meer naar buiten gericht de afgelopen jaren."

Hoe ziet dat er voor onze cliënten uit?

Geertje: "We willen cliënten nog meer betrekken bij de organisatie en meer inzetten op eigen regie voor de cliënt.

"Meedoen in de samenleving is een belangrijker thema geworden."

Dat betekent ook dat de cliënt meer zelf moet gaan doen met hulp van het eigen netwerk van verwanten of naasten. De cliënt krijgt met de inzet van technologie ook meer mogelijkheden en vrijheid. Goed voorbeeld daarvan is de diabetes sensor waarmee Hans zelf zijn suiker kan meten via een speciale app op zijn telefoon. Hans: "Als mijn suiker te hoog is, krijg ik een alarammelding en kan ik zelf actie ondernemen. Ik werk ook met MijnEigenPlan waarin ik zelfstandig mijn dagstructuur kan volgen via een app." Marie-Louise: "Allemaal mooie ontwikkelingen voor onze cliënten om zich te ontwikkelen en meer eigen regie op hun leven te krijgen. En dat is waar we steeds meer naartoe gaan in de toekomst."

ZICHTBAARDER

Ook bij de cliëntenraad (CR) en de ervaringsdeskundigen van Bureau KIK zien we een verandering de afgelopen jaren. De CR en Bureau KIK doen meer en zijn zichtbaarder in de organisatie en ook daarbuiten. Zo zijn ze in gesprek met gemeentes en mochten ze aansluiten als medewerker op de stembureaus tijdens de verkiezingen. Onlangs is er ook een groep ervaringsdeskundigen bij het ministerie in Den Haag geweest om te praten met beleidsmakers. Daar zijn we trots op. Want op deze manier krijgen steeds meer mensen een beeld van wat de gehandicaptenzorg inhoudt!



Karin en Boris aan het woord

“Je wordt heel open ontvangen door alles en iedereen bij SOVAK.”

Karin Vermazeren
Functie: Secretaresse Zorg & Ondersteuning
Werkaanbod bij SOVAK sinds:
1 januari 2012
(12,5 jaar in dienst)



UHNS
LXVI

Waarom heb je voor SOVAK gekozen?

“Ik was gevraagd om een tijdje in te vallen op het secretariaat bij SOVAK. Ik ben goed in de Nederlandse taal en er waren werkzaamheden op dat gebied. Ik ervaarde SOVAK als een hele leuke organisatie. Het voelde als een warm bad. Ik wilde graag blijven maar er was toen geen vacature. Na drie kwart jaar kwam er wel een vacature vrij waarvoor ik werd gevraagd en toen heb ik gesolliciteerd.”

Wanneer is jouw werkdag geslaagd?

“Mijn werkdag is geslaagd als ik veel heb kunnen regelen voor een heleboel mensen die daar vervolgens erg blij mee zijn. En vat een leuke bijkomstigheid is van het werken bij een organisatie als SOVAK: als er cliënten langskomen die een praatje komen maken. Aan sommige cliënten die steeds binnenkomen lopen raak je echt gewend en die mis ik dan als ze een tijdje niet komen.”

“Ik vind het leuk als cliënten langskomen voor een praatje.”

Waarom heb je voor SOVAK gekozen?

“Eerst heb ik in de activiteitenbranche gewerkt. Het was heel erg druk in de zomer maar ontzettend rustig in de winter. Ik ben online gaan kijken, heb gesprekken gevoerd met anderen en over de gehandicaptenzorg gelezen. Het werk sprak me aan en ook anderen zeiden dat het echt iets voor mij was. Ik heb gesolliciteerd en toen ervaren hoe ik het vond om met de cliënten te werken. Het bevalt me erg goed.”

Wanneer is jouw werkdag geslaagd?

“Als ik cliënten met moeilyk verstaanbaar gedrag een hele dag goed heb weten te begeleiden. Dat is een doel waar ik aan werkt. De ene dag gaat het beter dan de andere. Het geeft me voldoening als je ziet dat cliënten genieten van activiteiten of een grapje. Of als ik ze na een moeilijke periode weer een stukje verder heb kunnen helpen. En wat ik erg fijn vind: je wordt heel open ontvangen door allemaal en iedereen bij SOVAK.”

“Ik vind het leuk als cliënten langskomen voor een praatje.”

Zoveel mooie momenten!



Afgelopen periode stond bomvol feestelijke gebeurtenissen. Zoveel dat we deze keer niet konden kiezen om slechts één hiervan in beeld te brengen.

25 jaar SOVAK in Klundert

Dit heuglijke feest werd gevierd op 26 juni. Live muziek van Patrick van Toren, polonaises, een fotohoek, gasterenboek, drankjes, hapjes en mooie speeches zorgden voor een fantastisch feest voor de bewoners, medewerkers, verwanten en omwonenden.



Medailles op de Special Olympics Nationale Spelen

Voor de eerste keer meedoen met de Special Olympics Nationale Spelen en meteen twee medailles winnen. Dat was een droom die uitkwam voor Linda. Samen met haar ploeggenoten behaalde ze meerdere medailles op verschillende disciplines van het bowlen.

Polonaise tijdens de Torchrun Special Olympics Nationale Spelen

Torchrun Special Olympics Nationale Spelen

13 juni kwam de olympisch vlam van de Special Olympics Nationale Spelen aan bij SOVAK in Terheijden. Er was veel belangstelling van bewoners en medewerkers van SOVAK en van omwonenden. Een rondje in een brandweerwagen of politieauto, op de foto met de olympische vlammen diverse polonaises maakten dit alles tot een bijzonder event.



50-jarig jubileumconcert Gruytveldband

3 mei vierde de Gruytveldband haar 50-jarig jubileum in de grote theaterzaal van De Cour in Terheijden. Samen met de harmonie van Terheijden en de vele vrijwilligers werd het een fantastisch feest voor familie, fans en dorpsgenoten.



Maak kennis met extern cliëntvertrouwenspersoon Jessica

Wat doet ze precies en voor wie is ze er allemaal? We stelden haar drie vragen...

Wat doet een extern cliëntvertrouwenspersoon?
 Jessica: "Ik luister naar cliënten van SOVAK, geef antwoord op hun vragen en geef uitleg over rechten die zij hebben rondom onvrijwillige zorg. Ook kan ik ondersteuning bieden bij het aangaan van een gesprek met de begeleiding of andere professionals. Ik werk vertrouwelijk en onafhankelijk, ik ben niet in dienst bij SOVAK. Dus wanneer aan mij vertelt, blijft echt tussen ons."

Wat doe je als iemand het niet zelf kan vertellen?
 "Als de cliënt het niet in woorden kan vertellen, dan proberen we het bijvoorbeeld in gebarentaal. In dit soort situaties kan een aantal of picto's worden ingezet. Mocht dit ook niet lukken, dan voeren we het gesprek samen met de cliënt en zijn of haar wettelijk vertegenwoordiger."

Als een cliënt iets aangeeft bij jou, wat zijn dan de vervolgstappen?

"Ook dat is afhankelijk van wat de cliënt graag wil. Om een voorbeeld te geven: als een cliënt mij belt en zegt 'Jessica, ik moet iedere nacht mijn telefoon inleveren en dat vind ik niet leuk.' Dan vraag ik eerst, wat heb je zelf al gedaan? Als ze nog niet in gesprek zijn gegaan met de begeleiding, vraag ik of ze het zelf of samen willen doen. Dan bereiden we het gesprek voor en soms ga ik dan mee naar het gesprek. Als de cliënt alleen maar zijn verhaal wilt vertellen, kan dat natuurlijk ook. Het hangt helemaal af van wat iemand wilt bereiken."

Iets bespreken? Je kunt Jessica bellen: 06 - 25154348 of een e-mail sturen: j.vanovermeire@hetlsr.nl

Foto: Pix4Prof

RELATIE

Laura



Ik zie haar kijken, mijn zus.
 Haar blik spreekt boekdelen.
 We zijn op een verjaardag en ze
 staart naar een klein kindje dat
 veel kabaal aan het maken is,
 compleet gefixeerd, met donkere
 ogen. Ik weet dat ik moet
 ingrijpen, haar uit de situatie
 moet halen, anders gaat het mis.

In de tijd dat mijn zus nog thuis
 woonde, kon ze bijna dagelijks flinke
 driftbuiten hebben. Dit ging gepaard
 met schreeuwen, schoppen, staan
 en bijten. Sinds ze op haar huidige
 woongroep woont, is dat gelukkig
 verminderd. Dat is heel fijn, maar
 leverde in de eerste periode na haar
 verhuizing toch lastige situaties
 op. Als we vertelden dat we thuis
 een lastig weekend hadden gehad,
 reageerden begeleiders verbaasd dat
 ze dat gedrag niet kenden van haar.
 Het was pas toen we een begeleider
 vroegen haar te begeleiden tijdens
 een familiefeest dat ze zagen hoe
 mijn zus zich kon gedragen in het
 bijzijn van haar meest vertrouwde
 personen. Ondanks dat de situatie
 vervelend was, vonden we als familie
 die erkenning wel fijn.

In de praktijk zien we dit vaker:
 bewoners die zich bij hun familie
 anders gedragen dan op de woon-
 groep. Vaak heeft dit met de relatie
 te maken. Onze bewoners hebben
 een andere relatie met hun
 mogelijk kunnen ondersteunen.

Laura werkt als gedragskundige bij
 SOVAK. Ze is opgegroeid met een oudere
 zus met een ernstige verstandelijke
 beperking. In het zij aan zij magazine
 deelt ze haar verhalen.

vertrouwde gezin dan met hun
 begeleiders, waardoor ze daar ook
 ander gedrag kunnen laten zien.
 Hoewel het dan fijn is voor familie
 om te horen dat het op de woon-
 groep goed gaat, kan het ook
 diskwalificerend werken: doen wij
 als familie dan iets verkeerd waardoor
 het thuis niet lukt? Wees je hier als
 professional bewust van en ga eens
 in gesprek met de verwant. Bied
 een luistertijd voor en geef erkenning
 voor de soms erg lastige situaties die
 kunnen ontstaan.

Overigens kan het ook andersom
 werken: bewoners die juist op
 de woongroep meer moeilijk
 verstaanbaar gedrag laten zien dan
 thuis. Verwanten en professionals
 maken samen deel uit van het leven
 van de bewoner en daarom is het
 zo belangrijk dat ook wij een goede
 relatie onderhouden met elkaar
 zodat we onze bewoners zo goed

VERSE SOEP MAKEN MET WERKMAAT

Elke dinsdag maakt Werkmaat vers gemaakte soep op het kantoor van SOVAK in Terheijden. Vanaf 12:00 uur kan het kommetje soep gehaald worden in de keuken op de bovenverdieping. De soep kost 1 euro en is een groot succes. Er staat soms zelfs een rij voor de keuken. Voor het SOVAKmagazine delen ze een heerlijk recept voor romige wortelsoep, zodat iedereen het thuis kan maken.

Aan de slag:

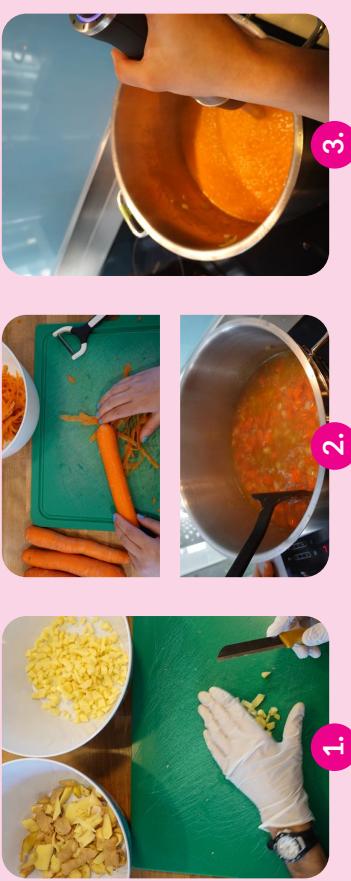
- Snipper de ui en schil en rasp de gember. Verhit de olie in een grote soeppan. Fruit de ui en gember 5 minuten. Roer af en toe.
- Schil ondertussen de winterpeen en snijd in plakjes. Snijd de knoflook fijn. Voeg de winterpeen en knoflook toe en bak 2 minuten mee. Voeg het bouillontablet, water en de kokosmelk toe. Breng de soep aan de kook en laat 15 minuten zachtjes doorkoken tot de winterpeen gaar is.
- Pureer de soep met een staafmixer. Pers de sinaasappel uit. Roer het sinaasappelsap door de soep en breng op smaak met peper en zout.

Eet smakelijk!



Recept voor 4 personen:

- 1 ui
- 1 cm verse gember
- 2 el zonnebloemolie
- 1 kg winterpeen
- 1 teen knoflook
- 1 groentebuillontablet
- 700 ml kraanwater
- 200 ml kokosmelk
- 1 medium handsinaasappel
- Peper en zout



SOVAKwerk

3.

2.

1.

SHOPPEN BIJ SOVAK

Op verschillende plekken binnen SOVAK maken deelnemers van onze dagbesteding leuke items. Deze keer:
AC Gezellenpad 3, Klundert.

Het wisselende assortiment bestaat uit met liefde gemaakte spulletjes. Ze maken ook kerstadeautjes op bestelling. Kom vooral gezellig kijken als je in de buurt bent!

Pollepels
€ 3,50Luiertaart
€ 10,00Tassen
€ 5,00



14 september 2024
De Zoete Inval in Klundert

21 september 2024
Viering Geestelijke Verzorging

26 september 2024
Snoezelezels in Etten-Leur

27 september 2024
Kom tot Leven met Bewegen Dag
(gastspreker Joel Kruisselbrink)

29 september 2024
Burendag bij Café Doetertoe

Kijk voor deze evenementen
en nog veel meer op:
www.sovak.nl/agenda

Deze keer zetten we onze vrijwilligers in het zonnetje.
Op Facebook vind je verschillende activiteiten die
dankzij onze vrijwilligers georganiseerd worden.
Meehelpen? Bekijk de vacatures die regelmatig op
de pagina gepost worden.



Scan de QR-code!