

S

O



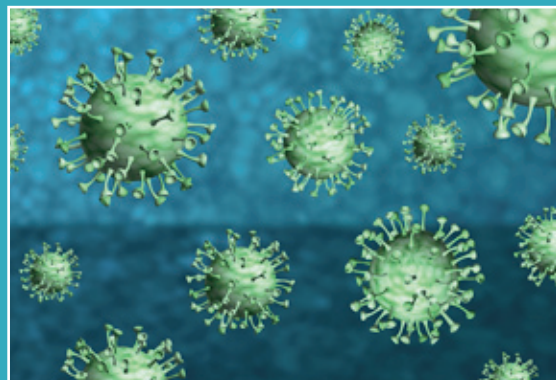
V

Cliëntenmagazine  
van Cosis

nummer 1  
2021



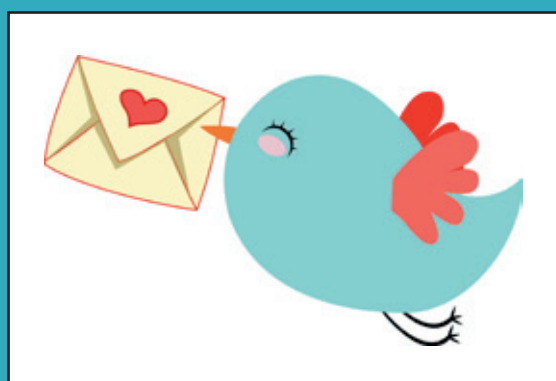
# KOOS: nummer 1 2021



Hier is weer een nieuwe **Koos!**  
In dit nummer lees je verschillende berichten uit Groningen en Drenthe.  
**Natuurlijk met veel foto's.**  
**Veel berichten gaan over corona.**



Op de achterkant staat een foto van **Siebe Pruim.**  
Hij kan goed tekenen en schilderen.



Wil jij ook een keer op de achterkant?  
Of een **contactadvertentie** plaatsen?  
Dat kan!



Stuur je reacties, nieuwtjes of foto's naar **communicatie@cosis.nu**  
Veel lees- en kijk plezier!  
Een hartelijke groet van de redactie.

# Een gala diner in de Confiance



**Gerard Swart is de kok van woonlocatie Confiance in Groningen.**

Hij vond het niet leuk dat de bewoners zo weinig te doen hadden. Door corona gaan er heel veel activiteiten niet door.



**Gerard dacht: 'Wat kan ik nu doen om ze een plezier te doen? Wat ik goed kan is koken. Laat ik een sjiek diner voor ze gaan maken met alles er op en er aan.'**

Een echt speciaal avondje uit eten in hun eigen huis.'



**Samen met een collega kookte hij een diner van maar liefst vijf gangen.**

Allemaal lekkere, bijzondere gerechten die je niet elke dag krijgt. Hij dekte de tafels heel sjiek. Toen de bewoners binnen kwamen werden ze naar hun tafel geleid.



Er was ook een artiest geregeld die live op een scherm liedjes zong. **Het werd een heel speciaal avondje uit eten in eigen huis.**

Het beviel zelfs zo goed dat ze het met Kerst nog eens hebben gedaan.

Zo werd corona eventjes vergeten.

# Rocky Roads veroveren de wereld



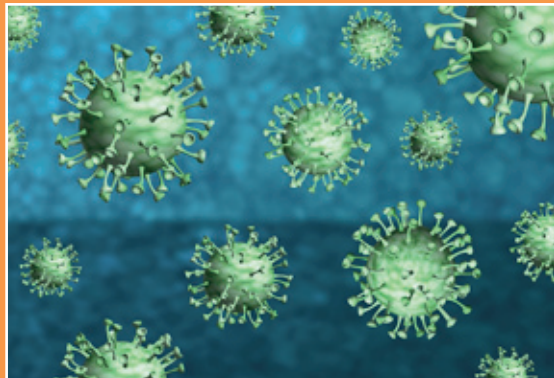
## In het Drentse dorp Odoorn staat de lunchroom Anderz.

Het is een restaurant dat gerund wordt door cliënten en medewerkers van Cosis. De mensen van Anderz waren blij dat ze begin maart vorig jaar de eerste klanten konden ontvangen.



Want wat bleek: **de eigen gemaakte chocolaatjes die bij de koffie en thee geserveerd werden, waren erg populair geworden.**

Regelmatig zeiden klanten dat ze heerlijk waren. En of de heerlijke snoepjes ook apart te koop waren.



Maar dat was geen gelukkige start. **Het restaurant was anderhalve week open toen door corona alle cafés en restaurants dicht moesten.**

Dat was natuurlijk wel even slikken. Net toen iedereen veel zin had om te beginnen ging het niet door.



Met zijn allen doken ze de keuken in om de chocolaatjes te gaan maken voor de verkoop. En dat gaat werkelijk als een speer. **De snoepjes werden Rocky Roads genoemd. En de verkoop loopt als een tierelier.**



Gelukkig mocht Anderz vlak voor de zomer wel een periode open en dat was meteen een groot succes. De mee-werkers van Anderz hebben heel veel tevreden klanten kunnen helpen. Het terras zat vaak bomvol.



Bestellingen van 50 of zelfs 90 zakjes tegelijk komen elke week binnen. De mensen van Anderz zijn er mee op de markt gaan staan in Emmen en waren al snel uitverkocht.



En toen moesten ze september plotseling opnieuw sluiten. Weer vanwege corona. Maar ze gingen niet verdrietig af zitten wachten. Nee, ze kregen al snel een plan hoe ze ook zonder klanten aan het werk konden blijven.



**Het mooiste is misschien wel dat de plaatselijke supermarkt Coöp in Odoorn een plek heeft ingeruimd waar de Rocky Roads verkocht mogen worden.**

Voor de mee-werkers is dat prachtig, want zo zet het dorp haar deuren voor Cosis open.

# Arnold kreeg toch een handtekening



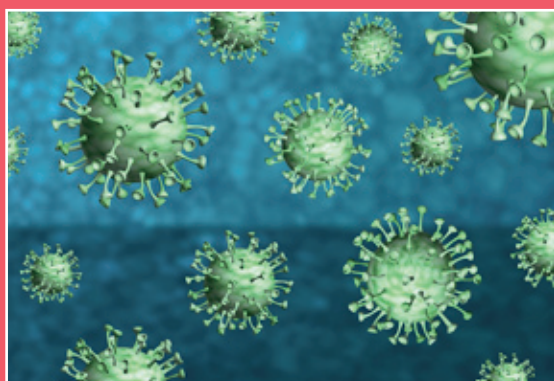
**Arnold Klaassens woont in woonlocatie de Steege in Coevorden.**

**Arnold is een grote voetbal liefhebber en een fan van FC Emmen.**

Het is voor Arnold alleen moeilijk om naar het stadion te gaan.



Arnold vond een vrijwilliger die dat wel met hem wilde doen: **Filip**. Samen waren ze naar een wedstrijd van Emmen gegaan. FC Emmen won met 3-0 van VVV Venlo en dat is gevierd met een frikandel en een groot glas cola.



Toen kwam corona in het land en mocht Arnold niet meer naar het stadion.

Dat was erg sneu natuurlijk. Filip en Arnold zijn nog wel naar een training van FC Emmen geweest, maar dat is natuurlijk lang zo leuk niet.



Filip vond het een beetje zielig voor Arnold en hij bedacht een plan.

**Hij zorgde er voor dat er een mooie snelle Ferrari bij de Steege kwam te staan.**

Zo kon Arnold een paar super snelle rondjes door Coevorden racen.

6



En toen kwam Ajax naar Emmen. Er mocht geen publiek bij die wedstrijd aanwezig zijn, maar **Arnold wilde heel erg graag een handtekening van de voetballer Klaas Jan Huntelaar.** Daar is hij ook fan van.

foto: Proshots, Goal.com



Filip en Arnold kregen geen toestemming om bij de bus van Ajax te komen, maar ze bedachten een plan. Ze maakten een lange stok op de rolstoel van Arnold met aan het eind een bord met een stift daar aan vast.



Op het bord stond: *Klaas Jan, mag ik je handtekening?*

Klaas Jan Huntelaar zag dat bord toen hij uit de Ajax bus stapte en zette zijn handtekening op het bord van Arnold.

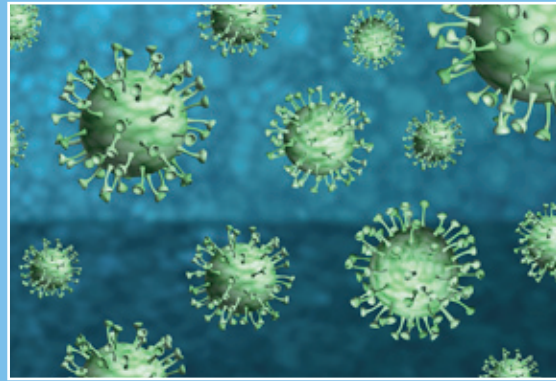
Dat was nog eens aardig van die beroemde voetballer.



Om Filip te bedanken voor alles wat hij voor Arnold doet heeft Arnold een klein feestje voor hem georganiseerd en een zelf gemaakt gedicht voorgelezen. **Zulke speciale vrienden zijn het waard om eens in het zonnetje gezet te worden.**

7

# 6000 mondkapjes per week!



Toen vorig jaar corona in Nederland kwam wist niemand echt goed wat ze moesten doen. Het was helemaal nieuw voor ons. Ook voor Cosis.  
**Hoe moesten we precies omgaan met de uitbraak van een geheel nieuwe ziekte?**



De eerste uitbraak in Nederland was in Brabant. In het noorden viel het eerst nog wel mee. De mensen van Cosis hebben veel contact gehad met provincies die al ervaring hadden. Wat moesten ze aanschaffen?



Inmiddels zijn we bijna een jaar verder en weten we goed wat er nodig is aan spullen als er ergens corona is.  
**Er is ook genoeg op voorraad en als er iets nodig is op een locatie kunnen we het er desnoeds 's nachts naar toe brengen.**



We gebruiken 6000 mondkapjes per week en we hebben al een half miljoen handschoenen gebruikt. Het is fijn om te weten dat we in elk geval genoeg hulpmiddelen hebben, maar iedereen hoopt dat we ze nooit meer hoeven te gebruiken.

# Puzzels, spelletjes en stripboeken



De mee-werkers en begeleiding van het restaurant op het Servicebureau in Assen hadden het vorig jaar niet zo druk als anders. **Door corona bleven veel mensen van het kantoor van Cosis thuis werken.**



**Daarom bedachten ze een actie. Ze vroegen via Facebook of mensen de puzzels en spelletjes die ze thuis hadden staan en niet meer gebruikten naar Assen wilden brengen.** Dan konden ze die verzamelen en uitdelen aan de locaties van Cosis.



Nou, dat hebben ze geweten! **Vele honderden spelletjes en puzzels werden afgegeven.** Het hele restaurant stond vol. Mee-werkers waren druk bezig om ze uit te zoeken en te controleren of alle spellen en puzzels nog wel goed waren.



Een paar weken later hebben ze de spellen en puzzels verdeeld. Zo konden de mensen op de woonlocaties de langere donkere avonden makkelijker doorkomen. De klussenmannen van Cosis hebben ze rondgebracht.

# Margreet heeft eigen groentekraam



**Margreet Pebesma woont aan de Witte Valken in Beilen.** Vier jaar geleden overleed haar vader. Ze had het daar erg moeilijk mee en bleef daar lang verdrietig over. Samen met haar persoonlijk begeleider besloot ze dat ze er iets aan moest doen.



Met de kraam zou ze de zelf gekweekte bieten, de winterprei en de boerenkool kunnen verkopen. Zo gezegd, zo gedaan, ze gingen aan de slag. Margreet heeft leren zagen, gaten boren en schroeven en de groentekraam werd prachtig.



**Zo overlegden ze dat ze een beeld zouden maken van Margreet's vader.**

Op die manier waren ze op een positieve manier met vader bezig en konden ze tijdens het werk praten over de mooie herinneringen.



En wat misschien nog wel belangrijker was: het harde werken was een mooie afleiding van haar verdrietige gedachten. **Het plan is nu om de groenten te gaan verkopen op straat voor de woonlocatie op woensdag, de vrije dag van Margreet.**



Margreet vond één beeld niet genoeg, want haar moeder zou ook veel steun kunnen hebben aan zo'n mooie herinnering. Dus maakten ze er twee. Toen de kleibeelden klaar waren moesten ze gebakken worden en was er tijd om iets anders te doen.



Ze denkt er over om een folder te maken en die in de buurt te verspreiden. Zo weten de buurtbewoners wanneer de groenten te koop zijn. Haar vader krijgt ze natuurlijk niet terug, maar op deze manier kan het haar helpen met het verwerken van het verdriet.



Yvonne is de creatief therapeute van Cosis die Margreet hielp. **Samen bedachten dat ze een groentekraam zouden timmeren.** Margreet's grote hobby is tuinieren en ze heeft een eigen groententuin achter de Witte Valken.



En Yvonne en Margreet hebben ook gezegd dat verdriet helemaal niet erg is. **Verdriet hoort er gewoon bij. Dat moet je niet verstoppen. Maar het is wel fijn als het afgewisseld wordt met leuke en mooie herinneringen.**

# Wim lokte visite met een emmer



**Wim Noordman is 73 jaar en woont in woonlocatie de Reestlanden in Meppel.**

Wim is gepensioneerd, maar hij verveelt zich nooit. In het weekend vindt hij het fijn om naar Nederlandstalige muziek te luisteren en tv te kijken.



**Van maandag tot vrijdag heeft hij het druk met bezoeken in de stad Meppel.**

Jaap van het café is een goede vriend van hem en hij gaat daar elke dag koffie drinken. Vaak doet hij ook even een boodschap voor Jaap.



Daarna gaat hij vaak even een praatje maken met de visboer of gaat hij even langs op het politiebureau. Wim heeft heel veel vrienden in Meppel. Vaak zijn het mensen die hij bij Jaap heeft ontmoet.



Toen vorig jaar corona in het land kwam moest Wim binnen blijven. Dat vond hij verschrikkelijk, want dan kon hij niet naar zijn vrienden. **Wim was boos en verdrietig.** Hij was toch zelf niet ziek?! Waarom moest het huis dan op slot?



Emiel, een van zijn vrienden, kwam op het idee om onder het raam van Wim te gaan staan en hem te roepen. Wim woont op de eerste verdieping. Emiel bond een zak chocolaatjes aan een touw en Wim hees ze op.

**Toen bedacht Wim een plan. Hij bond een emmer aan een lang touw en liet die uit het raam hangen.**

De andere vrienden van Wim hadden dat gehoord en kwamen allerlei lekkere dingen brengen om in de emmer te doen.



Wim kreeg gebakken visjes, gebakjes en zo nu en dan een flesje bier. Terwijl ze dat deden konden ze meteen een praatje met Wim maken en Wim voelde zich meteen niet zo eenzaam meer. Een hele mooie vrienden actie.



Inmiddels mag Wim gelukkig weer naar buiten en kan hij zelf weer naar zijn vrienden op de fiets. **Ook al was dat erg gezellig met de emmer aan een touw, het mooiste is toch als je vlak bij je vrienden kan zijn en je welkom voelt.**

# Recept



Lekkere tonijnsalade die je snel en makkelijk kan maken!

## Tonijnsalade

### KOPEN

- 150 gram ijsbergsla (zakje)
- halve komkommer
- 1 tomaat
- halve avocado
- 1 ei
- 150 gram tonijn op water (uit blik)
- scheutje olijfolie

### NODIG

- grote schaal
- 4 kleine schaalpjes
- mes
- lepel
- 2 vorken
- steelpannetje
- pannenlap
- vergiet

Wil je eerst in een korte video zien hoe het allemaal gaat? Ga dan naar deze link <https://thirottraining.nl/recepten/lunch/tonijnsalade/>



### DOEN

- 1 Was je handen met zeep en water.
- 2 Vul een pan voor drie kwart met water, zet op het vuur en wacht tot het kookt.
- 3 Als het water kookt: ei in de pan en 8 minuten laten koken.
- 4 Zet met pannelappen de pan in de gootsteen.
- 5 Hou de pan een beetje scheef zodat het hete water eruit loopt en laat het ei 'schrikken' met koud water.
- 6 Pel het ei. Snij het gepelde ei in stukjes en doe het in een schaalpje.
- 7 Open het blikje tonijn, laat de tonijn in een vergiet uitlekken.
- 8 Was de komkommer, snij deze in stukjes en doe het in een schaalpje.
- 9 Was de tomaat, snij deze in stukjes en doe dit in een ander schaalpje.
- 10 Snij de avocadohelft in stukjes en leg deze in een schaalpje.
- 11 Doe dan de ijsbergsla in de grote schaal. Voeg de inhoud van alle schaalpjes toe.
- 12 Doe de uitgelekte tonijn als laatste in de schaal.
- 13 Voeg een scheutje olijfolie toe.
- 14 Schep alles voorzichtig door.
- 15 Lekker met brood!



# Contact gezocht

## REAGEREN OP EEN ADVERTENTIE?

Schrijf een brief naar  
**Cosis, tijdschrift KOOS,**  
**Antwoordnummer 12, 9400 VB Assen**  
(postzegel niet nodig)

Zet linksboven op de envelop het nummer en naam van de persoon met wie je contact wilt.

Bijvoorbeeld: **Willem (99).**

Zet je eigen naam en adres op de achterkant van de envelop.

Jouw brief wordt dan ongeopend doorgestuurd naar de juiste persoon.

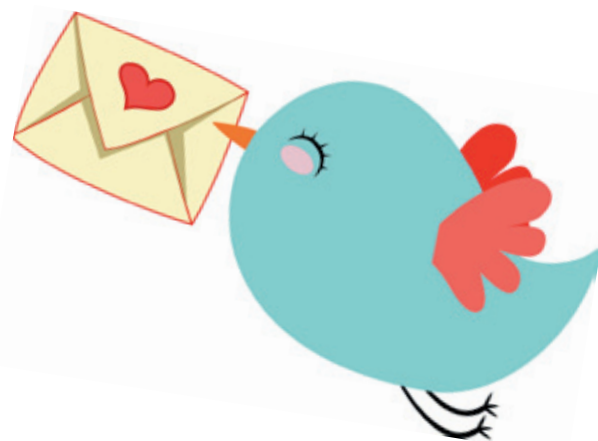
Zet je er geen nummer op, dan kunnen we de envelop niet doorsturen.

## ZELF EEN ADVERTENTIE GEZET?

Krijg je 1 of meer brieven van mensen die reageren? **Je moet altijd antwoorden. Ook als je iemand niet wilt ontmoeten.**

Vind je dat moeilijk?

Vraag je begeleider om hulp.



## ZELF EEN ADVERTENTIE PLAATSEN?

Stuur je tekst met digitale foto naar [communicatie@cosis.nu](mailto:communicatie@cosis.nu).

Zet ook je adres erbij voor het kunnen toesturen van de reacties op jouw advertentie.

We plaatsen jouw adres niet in de advertentie.

Vind je het moeilijk om een advertentie plaatsen?

Vraag je begeleider om hulp.

## Miranda

53



... wil een goed gesprek

### Hoi, ik ben Miranda.

Ik woon in Emmen en ik ben 31 jaar. Mijn hobby's zijn winkelen, met vriendinnen afspreken, erop uit gaan, zoals naar de bioscoop of ergens iets drinken en paardrijden. Ik loop met behulp van een rollator. Maar dit weerhoud mij er niet van om volop in de maatschappij te staan en doe ik wat ik leuk vind om te doen!

Ik ben op zoek naar een verzorgde, spontane man die weet wat hij wil en een goed gesprek kan voeren. Lijkt het je leuk om me te leren kennen? Schrijf me dan!



16

## Wesley

54



... zoekt een sportieve, leuke jonge meid

### Hallo, ik ben Wesley de Jong.

Ik ben een leuke vlotte jongeman van 34 jaar. Ik woon in Zuidwolde in Drenthe. Mijn hobby's zijn voetbal en darten kijken op televisie, klussen met mijn vader en muziek luisteren.

Ik ben op zoek naar een sportieve, leuke jonge meid ongeveer van dezelfde leeftijd. Samen naar de film, dagjes uit, winkelen, samen fietsen zou ik erg leuk vinden. Lijkt het je leuk om kennis te maken met mij, laat dit dan even weten. Dan kunnen wij een keertje afspreken.



## Eric

55



... zoekt een leuke, vriendin

### Hallo, ik ben Eric Siepel.

Ik ben 47 jaar en woon bij Cosis Drouwenerhof in Stadskanaal.

Ik ben geen thuiszitter en ga er graag op uit. Een terrasje pakken met een kop koffie, een keertje naar de bioscoop of een eind fietsen. Mijn hobby's zijn Lego bouwwerken bouwen en computeren. Ik heb een lichamelijke beperking, waardoor ik niet zo ver kan lopen.

Ik ben op zoek naar een leuke vriendin van ongeveer mijn eigen leeftijd. Lijkt het jou leuk om een keer wat met mij af te spreken? Stuur me een reactie met foto en wie weet zien we elkaar snel!

## Ingrid

56



... zoekt een vriendin voor leuk contact

### Hoi, ik heet Ingrid.

Ik ben 30 jaar en ik woon in Assen. Mijn hobby's zijn voetbal kijken, films kijken, winkelen, wandelen en fietsen.

Ik zoek een vriendin tussen de 25 en 35 jaar waar ik leuk contact mee kan hebben, zoals bellen, appen, dagjes uit, wandelen. Lijkt het je leuk om me te leren kennen? Schrijf me dan!  
*Groetjes Ingrid*



17

## Heleen

57



... zoekt een leuke, spontane vriend

### Ik ben Heleen Meilof.

Ik woon begeleid zelfstandig in Assen. Ik ben 45 en heb een lichte verstandelijke beperking. Ik ben opgegroeid op een boerderij met akkerbouw en droogbloemen. Zomers hielp ik graag mee in de bloemen. Ik heb interesse in bloemschikken, ik heb daar een opleiding in gevolgd. Ik werk als administratief medewerker bij Travel-Care.

Mijn grootste passie is muziek! Ook hou ik van uitstapjes maken, de top 2000, Zwarte Markt of ergens koffie drinken.

Zoek je net als ik vertrouwen, eerlijkheid en respect in vriendschap? Schrijf me dan.

Misschien ben jij die leuke spontane vriend waarmee ik leuke dingen kan ondernemen. Ik ben op zoek naar iemand met hetzelfde niveau.

## Marc

58



... zoekt een vriendin

### Hoi! Ik ben Marc Eisen.

Ik ben 20 jaar oud. Ik ben op zoek naar een mooie jongedame om leuke dingen mee te doen. Ik woon in Assen en zoals je kunt zien hou ik onder andere van vissen, ICT en mijn hondje uitlaten.

Heb je net als ik een lichte beperking? Wil je me beter leren kennen? Stuur dan een brief en wie weet spreken we elkaar binnenkort.

## Sigrid

59



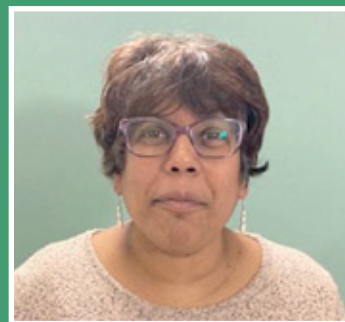
... zoekt sportieve donkerharige man van in de 50, liefst in het bezit van een auto.

### Hallo, Ik ben Sigrid van der Woude

Ik ben een leuke vlotte meid van 53 jaar. Ik heb mooi bruin kort haar en groen/blauwe ogen. Ik draag een bril. Mijn hobby's zijn breien, wandelen, zwemmen, films en tv kijken. Ik zoek een sportieve donkerharige jongen van in de 50, liefst met een auto. Die ervan houdt om leuke dingen te doen en kan fietsen. Die goed voor zichzelf opkomt, maar ook goed voor mij is. Ik vind het belangrijk dat je lief en aardig bent. En niet aan de drugs of alcohol bent. Lijkt het je leuk om kennis te maken met mij, laat dit dan even weten. Dan kunnen wij een keertje afspreken.

## Felicia

60



... zoekt een penvriendin

### Ik ben Felicia Roelfsema.

Ik ben 45 jaar en woon in Siddeburen. Ik ben op zoek naar een penvriendin, omdat ik het heel leuk vind om brieven te schrijven.

Vind jij het ook leuk om brieven te schrijven en te ontvangen? Reageer dan en wie weet krijg je binnenkort je eerste brief van mij.

Groet Felicia

## Luuk

61



... zoekt een vriendin tussen de 35 en 47 jaar

### Hallo, mijn naam is Luuk en ik ben 47 jaar.

Ik woon in Hoogeveen bij woonvoorziening de Robaard. Mijn hobby's zijn muziek luisteren, muziek maken en computeren.

Ik zoek een vriendin tussen de 35 en 47 jaar. Ik wil graag een relatie zodat we samen leuke dingen kunnen doen: op bezoek gaan bij familie, muziek luisteren, of samen een dagje uit gaan.

Lijkt het jou leuk om eens af te spreken? Stuur mij dan een brief, zodat we een afspraak kunnen maken. Groetjes Luuk

## Micheal

62



... zoekt een leuk vrouwelijk maatje om samen leuke dingen te doen

### Hallo, Ik ben Micheal Koning.

Ik ben 36 jaar en woon zelfstandig in Oostwold (gemeente Oldambt).

Ik werk in de groenvoorziening bij de gemeente en in mijn vrije tijd tuinier en voetbal ik bij VVS.

Ik ben een rustige man.

Ik zoek een leuk vrouwelijk maatje om samen leuke dingen te doen, bijvoorbeeld een film kijken of gezellig samen een drankje te drinken.

Mocht er een klik zijn dan sta ik zeker open voor een relatie.

Lijkt het je leuk om met mij kennis te maken, dan mag je me een brief sturen (met foto). Ik hoop dan gauw iets van je te horen en wellicht zien we elkaar snel.

Siebe Pruim, kunstenaar uit Peest, is blij dat hij schilderen als hobby heeft. Zo hoeft hij zich in de coronatijd nooit te vervelen.



Dit is een uitgave van **Cosis**  
Postbus 214  
9400 AE Assen

088 839 3000  
info@cosis.nu

Productiedatum  
Februari 2021

**Redactie**  
Inge Koning,  
Bert Middelbos en  
Ineke Siekmans.  
communicatie@cosis.nu

**Fotografie**  
Marcel J. de Jong  
en anderen

**Ontwerp en opmaak**  
AlbertsKleve BNO, Assen

**Oplage**  
3700 exemplaren

**Druk**  
MarneVeenstra, Groningen

Met dank aan iedereen die een bijdrage heeft geleverd bij het tot stand komen van deze uitgave.

Overname van artikelen of delen daaruit uitsluitend met voorafgaande toestemming van de redactie en met bronvermelding.

Koos verschijnt drie keer per jaar.