



Cliëntenmagazine
van Cosis

nummer 1
2022



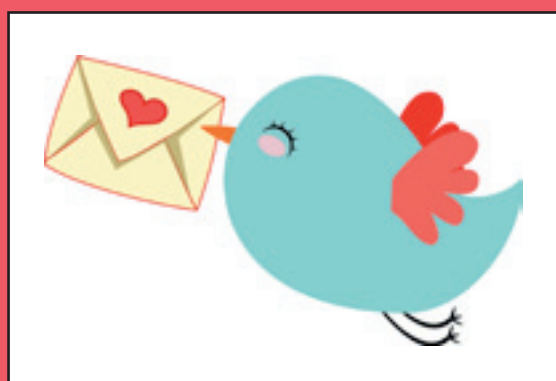
KOOS: nummer 1 2022



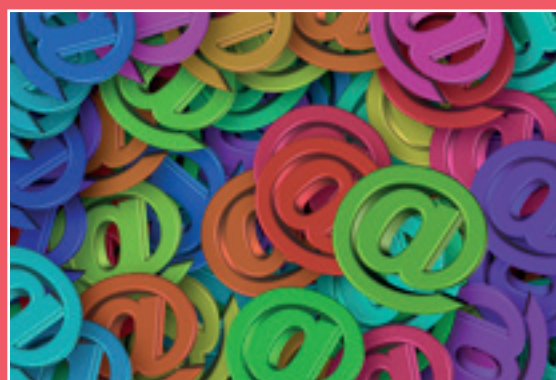
Hier is weer een nieuwe **Koos!**
In dit nummer lees je verschillende berichten uit Groningen en Drenthe.
Natuurlijk met veel foto's.



Op de achterkant staat een foto van Sasja.
Sasja werkt bij Ons Hertenkamp in Harkstede.
Ze woont bij Cosis in de woonlocatie in Hoogkerk.
Ze maakt regelmatig gedichten.



Wil jij ook een keer op de achterkant?
Of wil je 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.

Margreet is de nieuwe bestuurder



In de vorige KOOS hebben jullie kunnen lezen dat Ria Stegehuis afscheid heeft genomen van Cosis. Inmiddels heeft Cosis een nieuwe bestuurder aangenomen.
Haar naam is Margreet de Graaf.

Margreet woont in Steenwijk. Ze is getrouwd en ze heeft twee kinderen. Margreet werkte bij de GGD in Friesland. Daar heeft ze het de laatste twee jaar erg druk gehad met alles rondom corona.



Margreet was wel toe aan iets anders en wat ze had gehoord en gelezen over Cosis sprak haar erg aan. Ook de sollicitatie gesprekken vond ze erg plezierig.
Ze heeft veel zin om als bestuurder bij Cosis te komen werken.



In haar vrije tijd geeft ze yoga les op een sportschool. Zelf doet ze ook veel aan sport.
Margreet wil in de komende twee jaar zoveel mogelijk kennismaken met cliënten en medewerkers van Cosis.

Hard werken in de paardenstal



Antwan, Leonie en Winnie werken vier dagen per week bij de dressuur paardenstal Oude Meerdijk in Emmen.

Elke dag leren ze meer over dit mooie werk met de grote dieren. Er komt nogal wat bij kijken.



Het is best hard werken.

Alle stallen moeten schoon.

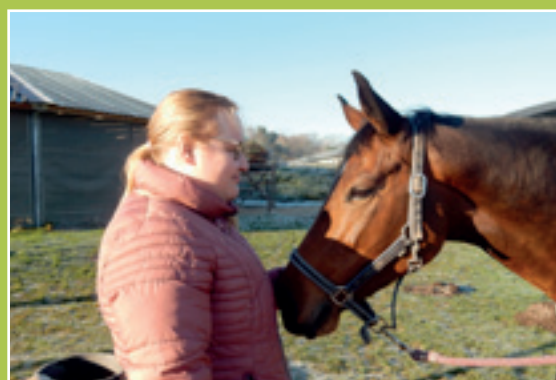
Er moet veel mest opgeruimd worden.

Er moet steeds hooi bijgevuld worden en de paarden moeten gehaald en gebracht worden van en naar de wei.



Paulien is de eigenaar van de dressuur paardenstal. Toen Cosis bij haar kwam met de vraag of er ook werk voor een aantal cliënten was, was ze meteen enthousiast.

Ze is dan ook erg blij met de goede extra werk krachten.



Je kan niet zomaar van de een op de andere dag goed met paarden om gaan.

Leonie vond het wel even wennen om met zo'n groot dier te lopen. Gelukkig mocht ze eerst met pony's oefenen.

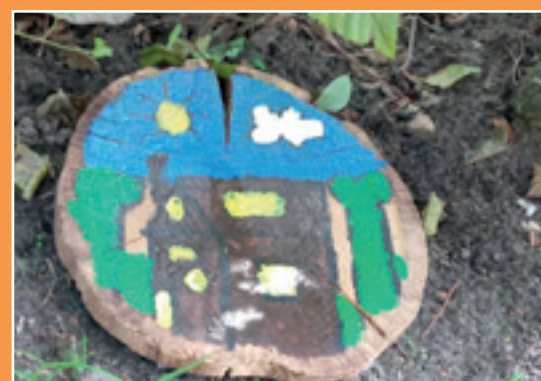
En dat gaat steeds beter.

Doe mee met Houdt Voor Jou!



De mensen van Travel-Care in Assen bedachten Houdt Voor Jou. De bedoeling is dat je schijven boomstam zo mooi mogelijk versiert.

Verven, plakken, tekenen, alles kan. Als de schijf klaar is leg je hem ergens buiten neer.



Als mensen hem vinden lezen ze op de achterkant een uitleg.

Er wordt aan de vinder gevraagd om een foto te maken van de schijf en dat te mailen aan

info@houdtvoorjou.nl.

Dit wordt dan geplaatst op de website **www.houdtvoorjou.nl.**



De vinder mag de schijf houden of op een andere plaats neerleggen. Wil je schijven bestellen, ga dan naar de dichtstbijzijnde houtwerkplaats van Cosis bij jou in de buurt.

Of kijk je buurman met een kettingzaag even lief aan.



De tekst voor de achterkant kan je bestellen bij Travel-Care, Daisy van der Laan: **d.vanderlaan@cosis.nu.** Bij haar kan je ook je extra vragen stellen.

Succes, en heel veel plezier er mee.

Supertrots op de moestuin



Dennis Pals en Roelof Kootstra hebben sinds enige tijd een moestuin in Coevorden.

'Roelof en ik regelen alles', zegt Dennis, 'en in drukke tijden krijgen we hulp van Arjan.'



De drie mannen wonen in woonlocatie de Steege.

'We verbouwen aardappelen en allerlei soorten groenten, allemaal biologisch. Die verkopen we vanuit onze blokhut.'

Er lopen een paar kippen die voor eieren zorgen.



'Het geld dat we verdienen met de verkoop van de groenten en de eieren gebruiken we weer om nieuwe spullen te kopen voor de tuin.'

Maar eerst moeten we nog flink wat groenten verbouwen.'



Ze willen in de blokhut ook nog zelfgemaakte spulletjes als schilderijen en vogelhuisjes gaan verkopen.

De bewoners van de Steege zijn druk aan de gang om daar allemaal spullen voor te maken.

Danny is de Beer van Emmen



Danny Hadderingh is 37 jaar en woont in de Panfluit in Emmen. **Danny is een goede wielrenner. Hij heeft al veel prijzen gewonnen en hij heeft de bijnaam De Beer van Emmen gekregen.**



Danny traint twee keer per week bij de ID Wielergroep in Assen.

Deze G-sport wielervereniging heeft een eigen afgesloten racebaan. Op die manier kan iedereen veilig aan sport doen zonder dat ze tussen ander verkeer moeten trainen.



Danny's grote voorbeeld is Mathieu van der Poel.

Zijn droom is om net als hij eens Nederlands kampioen te worden. 's Winters traint Danny, net als zijn idool, vooral op de mountainbike.



Danny heeft in 2015 een medaille gewonnen op de Special Olympics in Los Angeles in Amerika.

Dat was niet makkelijk, want het was daar wel 40 graden. Het was het mooiste wielravontuur dat Danny beleefd heeft.

Nieuwe bakkerij Coos in Groningen



Vanaf november is er een hele nieuwe bakkerij van Cosis gestart bij de Woonboulevard Kruit en Kramer aan het Hoendiep. De naam van het nieuwe pand is bakkerij Coos.

Martijn en Elisa werken al lange tijd bij de bakkerij van Cosis in Groningen.



Elisa werkt twee dagen in de bakkerij en maakt voornamelijk taarten.

Elisa vindt het jammer dat er geen klanten meer in de winkel komen om een kop koffie te drinken. Dat was in de vorige bakkerij het geval.

Martijn is ook een ervaren bakker. Martijn: 'We bakken ook broden voor een paar woonlocaties in de stad Groningen. En we maken kleine broodjes voor het Grand Café van Cosis dat ook in de Woonboulevard zit.'



Begeleider Lodewijk vertelt dat er in totaal acht cliënten bij Coos werken: 'We moeten nog een beetje wennen aan de nieuwe ruimte en aan de nieuwe oven, maar we staan te trappelen om weer in opdracht allerlei bestellingen te maken.'

Sevenhof heeft een voedselkast



Cliënten en personeel van WDL Sevenhof van Cosis in Stadskanaal hebben een voedselkast geplaatst in de gang van hun locatie.

Daarmee willen de cliënten mensen die het minder hebben de kans bieden om gratis spullen op te halen.



Dan moet je bijvoorbeeld denken aan producten als soep, macaroni, groente in potjes, snacks en frisdrank, deodorant en maandverband. Maar er ligt bijvoorbeeld ook speelgoed tussen.



Iedereen heeft meegeholpen om de kast te maken en in de week voor Kerst hebben ze deze op de huidige plek gezet. Er komen er veel positieve reacties vanuit de wijk. Buurtbewoners leven mee en komen regelmatig wat brengen om in de kast te leggen.



De inhoud van de kast is echt bedoeld voor mensen die geen geld genoeg hebben om het zelf te kopen.

We vertrouwen erop dat de mensen eerlijk zijn en dat ze alleen meenemen wat ze echt nodig hebben.

Ons Hertenkamp in Harkstede



Midden in het Groningse dorp Harkstede staat Ons Hertenkamp.

Als je door het dorp rijdt kun je de **mooie dierenweide** niet missen. Cliënten van Cosis zorgen er voor de dieren en runnen het **theehuis**.



Het theehuis is door de week voor iedereen open. Harksteders maken er druk gebruik van, want veel activiteiten zijn bij Ons Hertenkamp. Als de jeu de boulers klaar zijn serveren de cliënten koffie of thee met iets lekkers erbij.



Een andere groep zorgt voor de dieren. Kleine dieren als cavia's en konijnen en schapen en geiten en nog veel meer. De dierenweide wordt druk bezocht door ouders of opa's en oma's met kinderen.



De cliënten gaan er ook op uit om klussen in Harkstede te doen. Ze vegen en verzorgen de parkeerplaats bij de plaatselijke supermarkt en ze brengen lege flessen weg. **Zo zijn ze onmisbaar in Harkstede.**

Bennie was Nederlands sjoelkampioen



Bennie Drost woont in de Confiance in Groningen. Bennie is Ervaringsdeskundige VB bij Cosis.

Daar heeft hij het erg druk mee. Hij vertelt organisaties of hun informatie wel goed te begrijpen is voor mensen met een beperking.

In de jaren '80 was Bennie drie keer de beste sjoeler van Nederland. Van heel Nederland!

Niet alleen van mensen met een beperking. Hij zat ook in het Nederlandse sjoelteam en speelde wedstrijden door heel Europa.



Er werd veel gesjoeld bij Bennie thuis.

Er stond de hele dag een sjoelbak op de keukentafel. Alleen voor het eten werd die er afgehaald. Tegenwoordig is Bennie sjoelcoach bij Stichting De Brug in Groningen.



Als Nederlands kampioen werd Bennie ooit uitgenodigd om in Duitsland sjoel demonstraties te geven.

De Homas sjoelbak fabriek had daar een stand op een beurs. Sjoelen is volgens Bennie een echte sport en hij kan het weten!

Overlijden hoort ook bij het leven



Het is heel verdrietig als iemand komt te overlijden. Het is vaak niet leuk om er over te praten. Maar toch gebeurt het regelmatig. **Iedereen maakt het wel eens mee dat in hun familie of in hun buurt iemand dood gaat.**



Bij Cosis gebeurt dat natuurlijk ook. Het kan iedereen overkomen, maar het gebeurt nou eenmaal vaker op een woonlocatie waar oudere cliënten wonen. Bij Cosis zijn een paar locaties waar oudere mensen wonen.



Jolande van Amsheerd in Hoogeveen en Thea van Gockingaheem in Noordbroek werken allebei op een woonlocatie voor oudere, bejaarde cliënten. Ze willen graag vertellen wat het betekent als je vaak te maken krijgt met overlijdens.



Jolande zegt dat we bij Cosis er van uit gaan dat iedereen tot het eind in de locatie mag wonen. Het is het fijnst als je rustig kan sterven in je eigen bed, tussen je eigen spullen en met bekende mensen in je buurt.



Thea vertelt dat als iemand van de bewoners is overleden, iedereen de gelegenheid krijgt om afscheid te nemen. Het hoeft niet als je dat niet wil. Begeleiding zorgt er voor dat ze er zijn als je er over wilt praten.



In Hoogeveen wordt een hoekje in het gebouw gemaakt met daarop een foto van degene die is overleden. Er staan mooie bloemen bij en er liggen spullen van de overledene. Zo kan iedereen die het ziet nog even aan de medebewoner denken.



In Noordbroek en Hoogeveen maken ze een erehaag als de kist naar de begraafplaats of de crematie gaat. Iedereen legt een bloem op de kist en met z'n allen zwaaien de degene die is overleden uit.



Jolande en Thea vinden het allebei triest als er iemand dood is. Bewoners en begeleiders die er verdrietig over zijn kunnen er zoveel je over praten als ze willen. **Maar toch hoort dood gaan gewoon bij het leven.**

Recept



Vind je pizza lekker maar heb je geen zin om zelf het deeg te maken?
Maak dan eens een pizza van Turks brood.
Wist je trouwens dat het Turkse woord voor Turks brood *pide* is?

Pizza van Turks brood

KOPEN

- 1 Turks brood
- 1 pakje tomatensaus
- 100 gram chorizo in dunne plakjes
- 1 rode paprika
- 250 gram champignons
- 100 gram geraspte kaas
- 2 eetlepels Provençalse kruiden
- peper en zout
- 2 vellen bakpapier

VERDER NODIG

- een oven
- 2 bakplaten
- een mes
- een snijplank
- een lepel



14

HOE MAAK JE HET?

- 1 Was je handen goed met water en zeep.
- 2 Verwarm de oven voor op 220 graden.
Leg op de bakplaten (nog niet in de oven) bakpapier.
- 3 Snijd het brood doormidden.
Leg de helften op de bakplaten.
- 4 Snijd de paprika in stukjes.
Snijd de champignons in dunne plakjes.
- 5 Verdeel de tomatensaus over de 2 helften.
- 6 Leg hier de plakjes chorizo op.
Verdeel de champignons en de paprika erover.
Strooi de kruiden en de geraspte kaas er over.
- 7 Bak de pizza's 15 minuten in de oven.



TIP 1!

In plaats van chorizo kun je ook plakjes ham nemen of salami.

TIP 2!

Hou je niet van vlees?
Maak dan een vispizza.
Gebruik hiervoor de inhoud van een blikje tonijn (ongeveer 140 gram).



15

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 (1)**.

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.

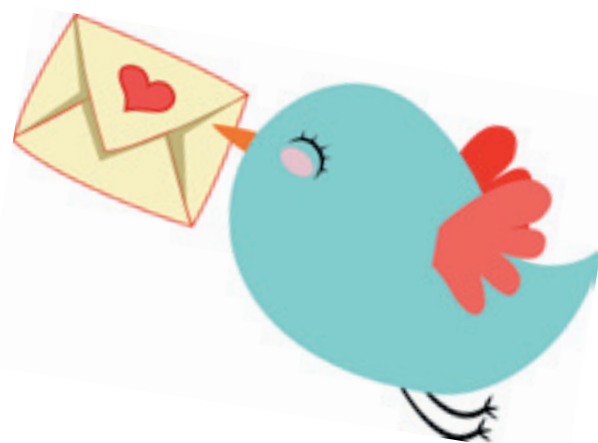
ZELF EEN ADVERTENTIE GEZET?

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**.

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.

Willem

1



... zoekt een leuke, spontane man

Mijn naam is Willem van Dam en ik woon in Sappemeer.

Ik ben een gezellige man van 53 jaar en ben op zoek naar een leuke, spontane man om een relatie mee op te bouwen.

Liefst van dezelfde leeftijd.

Ik hou van schrijven, verhalen over het leven vertellen, knuffelen, lachen en moppen vertellen. Daarnaast hou ik erg van lekker eten.

Vind jij het leuk om met mij kennis te maken? Schrijf dan een leuke brief.



16

Klaas

2



... zoekt een leuke dame tussen de 30 en 45 jaar

Ik ben Klaas, 39 jaar jong en ik woon zelfstandig in Vries.

Ik werk 5 dagen in de week voor de gemeente. In mijn vrije tijd ben ik graag bezig met ministeck.

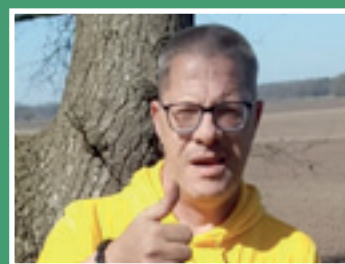
Ik zoek een leuke dame tussen de 30 en 45 jaar, die met mij leuke dingen wil doen zoals een terrasje pakken of samen eten.

Woon je in een straal van 25 km rond Vries, reageer dan met een leuke brief.



Douwe

3



... zoekt een leuke man tussen 40 en 60 jaar.

Ik ben Douwe, een leuke man van 54 jaar.

Ik zoek een man tussen de 40 en 60 jaar voor een vaste relatie.

Ik woon begeleid, je moet geen moeite hebben met roken.



Edwin

4



... zoekt een vriendin tussen 30 en 40 jaar

Hallo, ik ben Edwin de Jonge.

Ik woon in Winschoten en ben 43 jaar.

Mijn hobby's zijn wandelen, fietsen, voetballen en formule 1 kijken. Ook vind ik het leuk om naar een disco te gaan.

Ik ben opzoek naar een lieve, spontane vriendin tussen de 30 en 40 jaar waar ik leuke dingen mee kan gaan doen.

Lijkt het jou leuk om mij beter te leren kennen, laat me dit dan even weten zodat we bijvoorbeeld eens kunnen afspreken!

17

Jeroen

5



... zoekt een leuke man of vrouw

Hallo, mijn naam is Jeroep Koops, ik ben 40 jaar oud en woon in Roden.

Mijn hobby's zijn fietsen, het dorp ingaan om te winkelen, computeren en televisie kijken. Ik werk in de groenvoorziening van de Gemeente Noordenveld.

Ik ben opzoek naar een vrouw rond dezelfde leeftijd als ik. Ik zoek iemand met een lief karakter om leuke dingen mee te doen, bijvoorbeeld samen uit eten gaan.

In eerste instantie ben ik op zoek naar een leuke vriendschap. Als het klikt zou het uit kunnen groeien tot een relatie.

Lijkt het je leuk om met mij af te spreken? Stuur mij dan een brief met een foto van jezelf. Tot gauw!

Sijbrand

6



... zoekt een spontane vrouw

Hallo, Ik ben Zijbrand Boiten, 54 jaar en woon bij Cosis de Deel in Siddeburen

Ik ben op zoek naar een spontane vrouw tussen de 40 en 54 jaar voor een relatie.

Ik vind het leuk om volleybal of zwemmen te kijken en ik houd van tv kijken. Ik vind romantische films leuk. Ik houd ook van wandelen en bordspelletjes spelen.

Zijn dit dingen die jij ook leuk vindt, stuur dan een berichtje en misschien zien we elkaar snel!



Bennie

7



... zoekt een vrouw tussen de 55 en 60 jaar

Mijn naam is Bennie Pleiter, een slechthorende 65 jarige man. Ik woon in Zuidhorn.

Ik ben altijd schilder geweest maar ik ben nu met vervroegd pensioen. Ik vind schilderen nog steeds leuk om te doen. Ik heb een normaal postuur. Ik hou van gezelligheid en ik ga graag uit eten. Ik luister graag naar muziek zoals naar Elvis Presley. Ik kijk ook graag naar films. Ook ga ik graag met mijn auto op pad. Ik ben op zoek naar een vrouw tussen de 55 en 60 jaar met normaal postuur. Ik vind het belangrijk dat jij eerlijk en betrouwbaar bent.

Heb jij interesse? Stuur dan vooral een brief, als het klikt kunnen wij eens een kopje koffie gaan drinken.

Marion

8



... zoekt een man tussen 45 en 60 jaar.

Hallo ik ben Marion Pel, Ik ben 54 jaar en woon in het prachtige Scheemda.

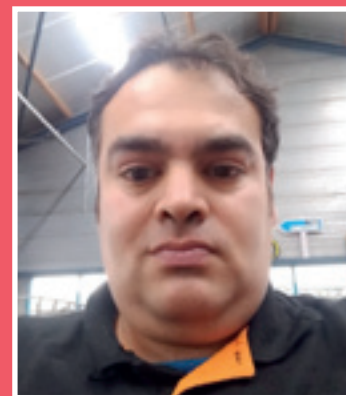
Ik hou van wandelen en dagjes uitgaan. Ik ben op zoek naar een leuke man tussen de 45 en 60 jaar om leuke dingen mee te ondernemen en te wandelen.

Ben jij deze leuke man? Stuur mij dan een lief berichtje en wie weet gaan wij samen binnenkort iets leuks doen.



Alex

9



... zoekt contact met leeftijdsgenoten voor vriendschap.

Hoi! Ik ben Alexander. Ik ben 43 jaar en ik woon begeleid bij Humanitas in Ter Apel.

Mijn hobby's zijn treinreizen, met de brommer rijden en winkelen.

Ik ga ook naar de bioscoop met kameraden en doe leuke dingen samen.

Ik zoek contact met leeftijdsgenoten voor vriendschap.

Het liefst in mijn eigen regio, dus omgeving Ter Apel, Stadskanaal en Emmen.

Ik zie jullie brieven graag tegemoet!

Jan

10



... zoekt vriendschap met een leuke dame.

Hallo, Mijn naam is Jan. Ik ben 56 jaar en ik woon in Emmen.

Ik ben een man met veel humor en grapjes.

Mijn hobby's zijn rommelmarkten bezoeken en gezelschap spelletjes spelen.

Ik ben op zoek naar een leuke, oprechte vrouw met een goed hart waarmee ik samen er op uit kan gaan en leuke dingen mee kan doen. Het liefst een dame rond dezelfde leeftijd als ik.

Lijkt het je leuk om mij beter te leren kennen? Stuur dan een berichtje met een leuke foto.



Sasja werkt bij Ons Hertenkamp in Harkstede. Ze woont bij Cosis in de woonlocatie in Hoogkerk. Ze maakt regelmatig gedichten. Soms doet ze dat omdat ze verdrietig is en soms omdat ze vrolijk is.

“Gedichten maken is een fijne manier om je gedachten op te schrijven”, volgens Sasja.

een gedicht over klavertje vier

een paardje at zijn haver,
en vond een blaadje klaver,
hij gaf het aan de hond,
die gooide het op de grond,
hij gaf het aan de kat,
die zei wat vies is dat,
hij gaf het aan de koe,
die zei ah bah a boe,
hij gaf het toen aan de mug,
maar die gooide het terug,
toen gaf het paardje het aan mij,
en ik was met dit blaadje zo blij,
want weet je; het was een klavertje vier,
je krijgt het als presentje hier,
wantom ik jou die heb gegeven,
het brengt je geluk in heel je leven.

groetjes van Sasja
werkt en woont bij Cosis



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

088 839 3000
info@cosis.nl

Productiedatum
Februari 2022

Redactie

Patricia van der Broek
Inge Koning
Bert Middelbos
communicatie@cosis.nl

Fotografie

Marcel J. de Jong
Benaissa el Yamani
en anderen

Ontwerp en opmaak
AlbertsKleve BNO, Assen

Oplage


4000 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.

 @SameninCosis

 @stichtingCosis

 @stichting_cosis

 @cosis

Koos verschijnt drie keer per jaar.