

# DE MEEUW

## Ilona en de 3J's

Hallo allemaal

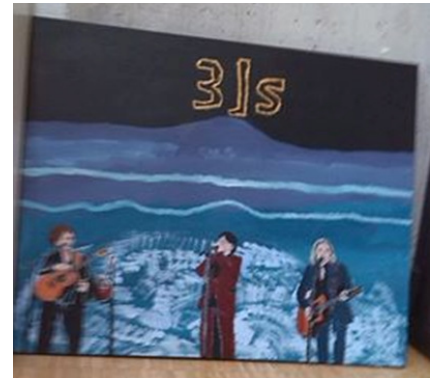
Ik ben op 23 april 2014 naar de 3J's in Hoorn geweest, het was hun laatste theater tournee van Bronnen Unplugged. Het was erg leuk maar ook erg emotioneel. De liedjes van de 3J's kunnen je erg raken. De hele show was heel erg top om te zien en om het gewoon mee te maken. Op het eind van de show gaf ik hen, zoals jullie misschien wel weten, het mooie schilderij dat ik zelf had gemaakt. Ze vonden hem echt heel erg top en ze konden niet geloven dat ik dat heb gemaakt. Ze vonden het een kunstwerk en Jan de Witte wist niet dat ik zo mooi kon schilderen.

Ze keken echt of alle details erin zaten en ook van de letters van de 3J's werd bekeken of ze precies als op de dvd zijn. Ook werd bekeken of hun vingers net zo waren als in het echt.

Ze hadden er eigenlijk geen woorden voor en waren er stil van, zo erg mooi vonden ze het schilderij. Jan Dulles zei ook direct dat het schilderij bij hen in de studio wordt gehangen. Jaap Kwakman zei 'goed gedaan, meid!'. Drie keer vroegen ze aan mij of ik het zelf heb gemaakt

Bovendien ik ga lekker door met schilderen

Groetjes van Ilona smal



## Wist u dat:

- Er nu de hele donderdag activiteit wordt aangeboden bij Achilles? In de ochtend handboogschieten en in de middag een Overloop project (hierbij worden er gezellig spelletjes gespeeld en kun je lekker sociaal bezig zijn met anderen)
- De vakantie er weer aankomt en de planners druk bezig zijn om de personele bezetting rond te krijgen? Zou ieder zijn/haar vakantiedagen willen doorgeven aan de contactpersoon of onze administratie .
- Het Leescafé in Heerhugowaard een eigen Facebook pagina heeft? Zoek op Facebook naar 'leescafe restaurant' en je vindt hem.

## Nederlands kampioen in ons midden!

Op zondag 31 mei is Cor, onze vrijwilliger bij de computeractiviteit van de vrijdagmorgen, **NEDERLANDS KAMPIOEN** geworden bij de *drumspeed competition*. Hierbij moet je in één minuut zoveel mogelijk aanslagen op een drumstel maken. Cor werd Nederlands kampioen door in 60 seconden meer dan 900 (!!)

aanslagen te maken!! Cor heeft al een volgend doel: het wereldrecord breken. Dit staat nu op 1208, dus er is werk aan de winkel.

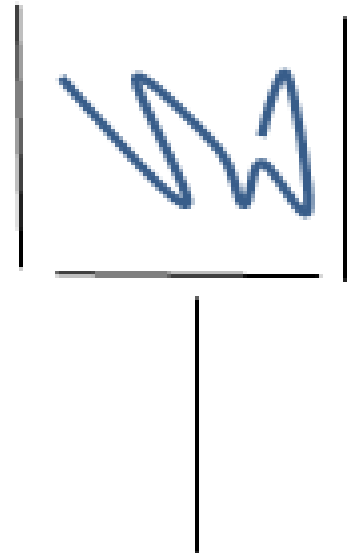


Klasse Cor!!

## Breinbreker: stofje van blik naast blik

Nodig : vier lucifers

Doel: verplaats twee lucifers zodat het stofje naast het blik ligt



Succes!

Marloes Rood

## Spreek

Eis veel van jezelf, verwacht weinig van anderen, dat bespaart je veel ergernis (Confucius)

## Publiciteit

Wellicht heeft u het in de Zondags Krant al gezien maar Jochem Bakker stond op de voorpagina!!

In een leuk stukje werd beschreven hoe Jochem het naar zijn zin heeft bij De Zilvermeeuw en wat hij allemaal doet in een week. En wat een stoere foto op de voorpagina.

34e jaargang nr. 23 - 7 juni 2015

redactie/advertenties: Broek/Werf 8, 1221 PC Broek op Langedijk - Tel.: 026 - 333311 - Fax: 026 - 333322 - e-mail: alkmaaropzondag@rodi.nl - www.rodi.nl

### 'Ik rijd paard, speel gitaar en kook'

Jochem geniet ondanks een beperking met volle teugen

door Ruud de Waard

ALKMAAR/HOORN - Jochem Bakker is 35 jaar. Hij heeft een beperking. Jochem kan niet zo goed lezen en schrijven, praat en loopt moeilijk. Ondanks zijn beperkingen, straalt hij louter positiviteit uit.

Toen ik vier jaar was en met mijn moeder op de fiets zat, werden we door een auto geschapt. Hierdoor heb ik een heeselsletsel gekregen en kan ik niet meer lopen. Maar ik heb er wel plezier in. Ik rijd paard, speel op een slagtaar, werk in de tuin, maar het gaat op een boerderij en ik kook graag in het activiteitencentrum de Zilvermeeuw in Alkmaar. Ik lust alles, behalve voetbal. Ik kook het wel en ik eet het wel, maar niet zo graag', lacht Jochem, die tijdens de rondleiding door het activiteitencentrum wordt bijgestaan door begeleider Marlijn Baaij.

Gulle lach  
Meedraaien in de maatschappij wordt voor Jochem mogelijk gemaakt door ondersteuning van de mensen van activiteitencentrum De Zilvermeeuw. Vanuit de mythische school in Bergen heeft Jochem slagtaar gelopen bij de Rode Luit en de Zilvermeeuw, waar hij nu werkt. En er zijn nog meer leuke activiteiten die hij graag doet. Zoals werken op de computer en de andere diensten op sleepjouw nemen met zijn gezin. Ook optredingen en gulle lach.

Jochem is een actief mannetje. Muziek maken, joken, paardrijden, in de tuin werken en grasmaaien. (Foto: Vincent de Vries/Rodi Media)

Handboogschieten  
"Een keer per week gaan we met een groepje naar sportvereniging Achilles in Alkmaar en krijgen daar, met begeleiding van vrijwilligers, les in het handboogschieten. Dat is er erg gaaf om te doen. Met al deze activiteiten val ik mijn dagen.

Ik geniet al vanaf het moment als ik thuis wordt opgehaald. Ik zit in een rolstoel en ik kan dus niet zelf naar het activiteitencentrum komen en daarom ben ik blij dat ik met het groepsvervoer kan reizen. Ik vind het erg fijn om hier te komen en kan het goed vinden met de andere deelnemers. Ik ben ook blij met de Zilvermeeuw; goede begeleiding zonder benutting en veel variatie."

Lees verder op pagina 6

ZONDAG OPEN  
MITS

Heb je ook iets wat eventueel in De Meeuw zou kunnen? Laat het Henk-Jan en Marijn weten!!