



Sun

**Inspiratie voor
lichaam en geest**

Nummer 8 - Januari 2023

Voorwoord

Een nieuw jaar met nieuwe kansen en nieuwe uitdagingen.

Om kunstprojecten te organiseren vragen we o.a. subsidies aan bij fondsen die net als wij ervan overtuigd zijn dat ontmoetingen, dialogen en kunstbeoefening zin en plezier geven aan het leven. Een van die fondsen is het Fonds Sluyterman van Loo. We hebben een bijdrage gevraagd en ontvangen om 'inspiratiekasten' op te zetten op twee locaties van ZuidOostZorg. In de kasten worden potten en weckflessen gezet. Daarin worden verhalen bewaard. De potten worden gevuld met levenslessen, wijsheden, belangrijke verhalen of ervaringen. Hoe mooi en zinvol kan het zijn om anderen hierin te laten delen. Samen met kunstenaar Egbert Pikkemaat worden de inspiratiekasten een ontmoetingsplaats.

Verderop in deze Sûn is te lezen wat we nog meer hebben aangevraagd en onder andere gaan organiseren. Zodat we ook aankomend jaar kunstprogramma's en kunstinitiatieven met als doel uitdaging, diepgaand contact, positiviteit en plezier kunnen opzetten. Voor een aantal activiteiten vragen we een eigen bijdrage.

Zie voor het actuele aanbod www.sunenz.nl/kunst/ en meld u aan.

Tot ziens op een van onze locaties.



Alie Lucas 'Blikopener'
ZuidOostZorg en Sûnenz



Schrijf je in via de website voor de Nieuwsbrief!
En ontvang maandelijks het activiteitenaanbod van Sûnenz.

Inhoud

02	Voorwoord
03	Inhoud
04	Exposities
06	Droomdeken haken
08	Laat je werk zien
09	Koffie met een goed gesprek
10	Subsidie aanvragen
12	Dans op Recept
14	Tijdslijn van je levensloop
17	Pakje kunst
18	Kunst door de brievenbus
20	Creating cultures of care
22	Minibieb
23	Boek 'Naasten'
24	Keramieken
25	Kunst in de Miente

Oproep!

Droomdeken aanhakers gezocht!
Samen een gezamenlijk kunstwerk haken.
Lees meer op pagina 6.

Exposities

In het eerste kwartaal van 2023 zijn op diverse locaties de volgende exposities te bezoeken.

Sûnenz Drachten:

Vanaf halverwege de maand januari is een nieuwe expositie te zien. Welke precies? Zie www.sunenz.nl

De Lijte Ureterp :

Fotograaf Jérémy Lempin legde in een serie foto's vast hoe Peyo en zijn begeleider Hassen hun dagen doorbrengen. Hoe zij ongeneeslijk zieke kinderen en volwassenen troost en vreugde brengen. En hoe zij daardoor in het ziekenhuis inmiddels een vaste waarde zijn geworden; Peyo wordt daarom ook wel Dokter Peyo genoemd.

De Waadwente Dokkum:

Deze keer een ander soort expositie: ZuidOostZorg is een Zorg- en Kennisorganisatie: naast de zorg voor onze cliënten doen we er alles aan om te leren, te ontwikkelen en onze kennis te vergroten.

Er wordt veel onderzoek gedaan bij ZuidOostZorg. Dat doen we omdat we graag zeker willen weten dat wat we doen ook daadwerkelijk effect heeft.

Dat noemen we 'evidence based', dus bewezen effectief. Dat zie je terug in de wijze waarop we ZuidOostZorg Leert! hebben ingericht, maar ook bij ons eigen Lectoraat en De Academie, waar we de resultaten van onze onderzoeken met elkaar delen. In deze tentoonstelling laten we een selectie zien van onderzoeken die hebben plaatsgevonden.

Zie voor meer informatie:

www.zuidoostzorg.nl/onderzoek

De Miente Gorredijk:

"Daar zit muziek in!" aan de hand van filmposters maken we een reis door de tijd en zetten we de mooiste muzikale filmherinneringen van de jaren veertig tot nu op een rij. Met deze expositie willen we laten zien dat muziek het leefplezier verhoogt. Ieder mens heeft een muziekgeheugen dat is verbonden met bijzondere fases in het leven. Het geheugen is zo sterk dat zelfs Alzheimer het niet uit kan wissen. Luister naar een liedje van vroeger en je komt meteen weer in dezelfde sfeer van toen.





Oproep Droomdeken haken

Eind januari tot en met eind maart 2023 staat de tentoonstelling "Keep on Dreaming!" in De Lawei. Voor deze expositie wordt, als onderdeel van een kunstwerk, een droomdeken gemaakt. De deken zal gaan bestaan uit allemaal (heel veel!) gehaakte bloemen. We maken nu een begin en binnenkort ligt de deken dus in De Lawei en kunnen bezoekers er ter plekke aan verder haken (aanhaken!). Daar komen ruimte en middelen voor in de tentoonstellingsruimte.

Zo wordt De Droom Deken van Drachten een gezamenlijk kunstwerk. Tijdens het maken vertellen we elkaar over onze dromen, maar kun je tijdens het maakproces ook lekker wegdromen. Het zou geweldig zijn als er een indrukwekkende deken ontstaat! Daarom zijn we opzoek naar vrijwilligers die enthousiast zijn en van haken houden, in Drachten en omstreken.

Verder is het volgende belangrijk voor de opdracht:

- Bloemen haken, groot, klein dik of dun, alles mag!
- Liefst een bloem van één kleur(tint). Meerdere kleuren per bloem mag, zoals in madeliefjes of zonnebloemen, maar liever niet teveel kleuren in één bloem verwerken.
- Bij voorkeur effen draad gebruiken.
- Het liefst restjes garen gebruiken. Heb je nog garen liggen die op moeten, graag!

Het zou fantastisch zijn als je wilt aanhaken bij dit project. Dan kunnen we samen een mooi kleurenpalet samenstellen zodat er een fleurig bloemenperk ontstaat!

Dus concreet:

Wil je zelf aan de slag, of ken je iemand die goed kan haken en misschien wel een aantal bloemetjes wil haken? Heb je zelf (restjes) bolletjes wol/katoen over die we tijdens de expositie mogen gebruiken? Laat het me weten. Ik hoor het graag!

Meedoen?

Laat het me weten ik hoor het graag!

Milena Bleeksma - Coördinator
Beeldende Kunst De Lawei
mbleeksma@lawei.nl
Aanwezig op maandag,
dinsdag en donderdag

Laat je werk zien!

Van januari tot april is het werk van Hennie Wilbrink-Spoelder, te zien in de gang achter het Vitaliteitsplein in Sûnenz.

Ik ben Hennie Wilbrink-Spoelder, 74 jaar en getrouwd met Peter. We wonen in Gorredijk en we hebben twee kinderen, twee schoonkinderen en drie kleinkinderen.

Toen onze kinderen naar de middelbare school gingen ben ik een opleiding gaan volgen aan de Academie van Beeldende Vorming in Amersfoort. Daar leerde ik met verschillende materialen zoals : hout, klei, metaal en glas te werken.

Ik werk aan de hand van foto's uit Schotland en Noorwegen. David Hockney en Emil Nolde hebben met hun felle kleuren mij geïnspireerd om ook met afwijkende kleuren te werken. Met een punchnaald prik ik de wol op een ondergrondsvlies en zo ontstaat een landschap. Met borduurgaren breng ik kleine details aan. Veel kijkplezier!



Mocht u vragen hebben, dan kunt u contact opnemen met:
hennie_wilbrink@hotmail.com

Koffie met een goed gesprek

Soms loop je in je eentje na te denken over van alles en nog wat. Dan kan het fijn zijn om eens met leeftijdsgenoten van gedachten te wisselen. Dat kan bij de themagesprekken in De Lijte.

In ontspannen gesprekken hebben we het over belangrijke onderwerpen die ertoe doen als je ouder wordt. Centraal staan thema's die normaal gesproken niet zo vaak aan de orde komen, zoals spijt, afscheid of familie. Het zijn geen 'zware' gesprekken, maar we hebben het er gewoon eens over. Een luisterend oor aan tafel biedt herkenning, inspiratie en steun, zo merken wij. Dus kom gerust eens langs. Er is koffie en iets lekkers.

Deelname is gratis, maar meldt u eerst wel even aan via de contactpersoon van de locatie hiernaast. Ook kunt u zelf kiezen of u meedoet aan één gesprek of dat de hele serie volgt.

De Lijte Ureterp

Op de woensdagmiddag van 14.00 tot 15.00 uur.

8 maart	Ontmoeten
29 maart	Verandering en Uitdaging
12 april	Dromen en idealen
3 mei	Vrijheid en Herdenken
4 oktober	Liefde voor dieren
18 oktober	Ouder worden in Nederland
1 november	Loslaten
15 november	Vriendschap

Contactpersoon voor informatie en opgave:
Jorna de Koning, **06-123 43 598** of
j.dekoning@zuidoostzorg.nl

Subsidie aanvragen 2023

Een subsidie is een financiële bijdrage die je kunt aanvragen bij een overheids- of een particuliere organisatie. Deze organisaties geven geld aan bepaalde doelgroepen of projecten. Zij doen dit omdat zij groepen mensen willen helpen, bepaalde problemen willen oplossen of innovaties willen stimuleren. ZuidOostZorg en Sûnenz vragen subsidies voor kunstprojecten aan omdat we ervan overtuigd zijn dat ontmoetingen, dialogen en kunstbeoefening, zin en plezier geven aan het leven.

De volgende aanvragen zijn ingediend bij de verschillende fondsen:

- **Minibiebjes op locaties Wonen in de Wijk**
- **Atelierlessen in Sûnenz en locatie wonen in de wijk**
- **Dansen op recept**
- **Inspiratiekasten**
- **Mear mei Muzyk**

Minibiebjes

aangevraagd via JanRoelofGeertsmafonds

We willen op elke Wonen in de Wijk locatie een minibieb plaatsen die actief wordt bijgehouden door een vrijwilliger uit de omgeving. Deze vrijwilliger zorgt niet alleen voor een aantrekkelijk aanbod en voor het netjes houden ervan, maar ook voor oproepen voor groot letter boeken of specifieke titels. Daarnaast kan de vrijwilliger boeken naar iemand toe brengen en/of ophalen. We creëren een (digitale) plek voor het plaatsen van oproepen hiervoor. Rondom de minibiebjes organiseren we activiteiten, zodat mensen uit de omgeving niet alleen worden uitgenodigd boeken te komen ruilen of weggeven en te lenen (bewegen), maar ook mee te doen aan de activiteiten die op de locaties plaatsvinden (ontmoeten).



Atelierlessen

aangevraagd via AGIS / Innovatiefonds

Op twee verschillende locaties willen we graag een jaar lang doorlopend 'Atelierlessen' opzetten voor mensen (thuis) wonend in de omgeving van ZuidOostZorg. De eerste locatie is locatie Sûnenz in Drachten, en de tweede locatie is locatie Stellinghaven Oosterwolde. Het atelier is bedoeld voor ouderen verbonden aan ZuidOostZorg en bezoekers van Sûnenz en bijvoorbeeld het Odensehuis met beginnende dementie. De lessen bestaan uit twee series van zes lessen per locatie.

Tijdens de lessen ontstaat ruimte voor onderzoek naar het 'zelf en persoonlijke verlangens'. Samen met docent Jurjen Galema willen we een interessante bijdrage leveren door mensen de ruimte te geven om te doen wat zij graag willen doen en de persoon te zijn die zij graag willen zijn.



Dansen op recept

aangevraagd via Ritkse Boelema gasthuis fonds

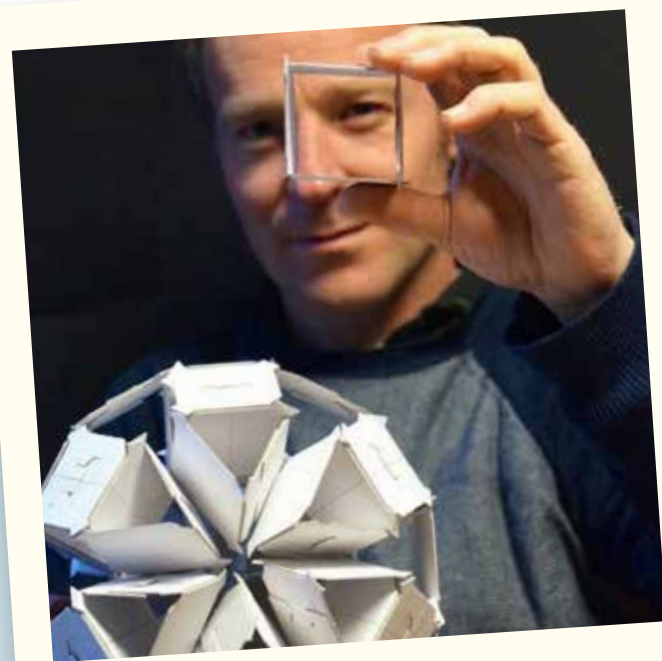
We willen zoveel mogelijk mensen uitnodigen om een jaar lang elke week samen te dansen en ongemerkt te werken aan het verbeteren van conditie, spierkracht en flexibiliteit. Dit gaan we doen door middel van wekelijkse danslessen op de locaties Wonen in de wijk te organiseren

Samen dansen met mensen die op een van de locaties binnen ZuidOostZorg zorg ontvangen, omwonenden, familie en bezoekers. Met als doel mensen te laten bewegen op allerlei verschillende manieren. Samen dansen heeft een positief effect op de fysieke, sociale en mentale gezondheid van ouderen. Dansen is een sociale activiteit waardoor we kunnen bijdragen aan voorkoming van eenzaamheid. Maar ook hier telt dat dansen vooral heel erg leuk en gezellig is.

Inspiratiekasten

aangevraagd via Fonds Sluitermand van Loo

Op twee locaties worden inspiratiekasten opgezet. Rondom de inspiratiekasten organiseren we activiteiten in samenwerking met een beeldend kunstenaar – Egbert Pikkemaat. Hij heeft vouwstenen ontwikkelt waarbij je modulaire constructies kunt bouwen in oneindig vele variaties en afmetingen.



Mear mei Muzyk

aangevraagd bij VSB fonds

De visie van ZuidOostZorg is dat kunst een onderdeel van het dagelijks leven zou moeten kunnen zijn. Daarom willen we passend bij locaties en doelgroepen samen met Mear mei Muzyk, muziekrepetities opzetten voor bezoekers en cliënten in locaties van ZuidOostZorg.

In vier locaties gaat Mear mei Muzyk een orkest vormen. Ieder orkest gaat in 8 repetities bezig met het ontdekken van instrumenten, ze leren bespelen, leren samenspelen en het voorbereiden van een afsluitend concert. Oude talenten terugvinden en nieuwe talenten ontdekken.

Tijdslijn van je levensloop

Deelnemers gezocht voor kunstproject ENCOUNTER#7

Met behulp van de Encounter#7-methode teken je je eigen levensloop in een tijdslijn. Je gaat met Indische inkt en een tkroontjespen samen met een getrainde vrijwilliger (Rinkse, of Wobbina) aan de slag. Meedoen met Encounter#7 geeft een frisse en verrassende kijk op jezelf en op de ander. Op hoe we ons tot elkaar en tot onszelf verhouden. Jouw getekende tijdslijn wordt, samen met de tijdslijnen van de andere deelnemers, na afloop van het project geëxposeerd in de locaties van ZuidOostZorg.

ENCOUNTER
#7

Vrijwilligers gezocht!

Heb je ook weer zin om er als vrijwilliger tegenaan te gaan? Doe je dat liever één op één dan in een grote groep? Kan je goed luisteren en ben je misschien ook nog creatief?

Ben je benieuwd naar het verhaal achter de mens en wil je je eigen verhaal ook op papier terugzien? Dan zoeken we jou!

In het project ENCOUNTER#7 begeleid je geïnteresseerde ouderen bij het maken van hun levenslijn. Dit doe je met behulp van de methode ENCOUNTER#7, getekende tijdslijnen van de levensloop.

Via een gratis training leer je aan de hand van je eigen levenslijn hoe je dat doet: 15 februari om 13.00 uur in Sûnenz.



Waarom ik dit doe

Rinske Sieswerda, coördinator Odensehuis Heerenveen en vrijwilliger ENCOUNTER#7: *'De methode Encounter noem ik tijdslijnschrijven. Bij dit schrijven kunnen herinneringen naar boven komen. Als je met mensen gaat tijdslijnschrijven, kom je vaak tot mooie ontdekkingen. Belangrijke levensgebeurtenissen waar lang niet of nooit over gesproken schieten weer te binnen. Dat dit via het tijdslijnschrijven in beeld komt vind ik de pareltjes van de methode ENCOUNTER#7. Hoe mooi is het dat ouderen zich iets herinneren waar ze enthousiast over gaan vertellen. Een stukje verleden wat getoond en gedeeld wordt aan ons en via het papier. Elke persoon is de moeite waard en ik bedank ze altijd voor het meedoen. Ik hoop dat als ik oud ben, er aandacht en interesse blijft voor wie ik ben. Dat ik dan niet alleen als het oudere lichaam wordt gezien waar "ik" in woon, maar dat ik, als mens, er ook nog mag zijn.'*

Aanmelden?

Voor De Lijte en De Miente
j.dekoning@zuidoostzorg.nl
voor Sûnenz Drachten
a.lucas@zuidoostzorg.nl

Zie voor uitleg en meer:
<https://project-encounter.nl/>

Tijdlijn voor thuis

Voor wie het leuk vindt om thuis aan de slag te gaan met de tijdlijn:

Er is een werkblad dat zelfstandig te maken is.

Op de voorkant staat uitleg over ENCOUNTER#7 en op de achterkant een instructie en raster waarop de levenslijn gemaakt kan worden.

Verkrijgbaar via een berichtje aan a.lucas@zuidoostzorg.nl vervolgens ligt er dan een exemplaar klaar bij de receptie in Sûnenz.

Pakje Kunst

De Pakje Kunst automaat hangt in Sûnenz Drachten.

Voor € 4,- trek je een kunstwerkje van een lokale kunstenaar uit de automaat.

Deze keer uitgelicht

Sabine Liedtke: Graficus, Keramist, Schilder, Tekenaar.

'De afgelopen jaren houd ik me bezig met het onderwerp oorsprong. Dit komt voort uit het volgen van het dementieproces van mijn moeder. Mijn werk heeft meestal een relatie met haar en de omgeving, de Friese Wouden, waar zij is opgegroeid en waar ik zelf ook vandaan kom.'

www.sabineliedtke.nl

ENCOUNTER#7
De tijdlijn van je veranderend lichaam



S. LIEDTKE

Kunst door de Brievenbus

Wil je meedoen aan Kunst door de Brievenbus?

Geef je naam, telefoonnummer, adres of emailadres aan ons door via:

a.lucas@zuidoostzorg.nl o.v.v. 'Kunst door de Brievenbus'

Om de week krijg je als deelnemer een kaart door de brievenbus met daarop een tekenopdracht. De opdrachten zijn te maken met pen, potlood of ander creatief materiaal.

Zie hier een selectie van de gemaakte kunst door de brievenbus in de afgelopen periode. Je hoeft niks te 'kunnen', je mag gewoon doen wat je leuk vindt. Leef je uit en laat zien wat je hebt gemaakt. Je ontvangt altijd een reactie en je werk wordt opgehangen op de verrijdbare zuil in Sûnenz en op de website.

Janny Stelwagen vrijwilliger Kunst door de Brievenbus



Creating Cultures of Care

ZuidOostZorg is een Zorg- en Kennisorganisatie: naast de zorg voor onze cliënten doen we er alles aan om te leren, te ontwikkelen en onze kennis te vergroten. Daarom zijn we als organisatie onderdeel van het onderzoek Creating Cultures in Care.

‘Het kabinet benadrukt: ‘De samenleving moet voorbereid worden op schaarste in de zorg. Dit kan alleen door samen keuzes te maken, inwoners hun stem te laten horen en samen nieuwe perspectieven te genereren’

Creating Cultures of Care waar
ZuidOostZorg als partner bij aanhaakt via
de Hanzehogeschool in Groningen, beoogt

vanuit een kunstenaarsperspectief en ontwerpende aanpak nieuwe handelingen, praktijken en scenario's te ontwikkelen binnen zorg- en welzijnscontexten. Met andere woorden, onderzoeken, ontwerpen, testen van artistieke werkmethoden in de zorgpraktijk. Kunst in de zorg: sociaal en cultureel waarde gedreven, zingeving en kwaliteit van leven zijn belangrijke onderwerpen hierbij.



Of de subsidie is toegekend,
is bij het uitkomen van deze
SÛN bekend.

Check en kijk voor meer informatie op:
<https://sunenz.nl/kunst/>



Minibieb

Bij de ingang van Sûnenz hangt een minibieb: ruil, deel en lees: veel plezier!

Steeds meer instellingen hebben last van de crisis of er wordt om andere redenen bezuinigd. Tegelijkertijd zijn er steeds meer initiatieven van burgers voor elkaar. Samen een auto delen, planten ruilen, tegen een kleine vergoeding koken voor een ander en noem maar op. Minibieb sluit aan bij deze beweging. Wat is er mooier dan met elkaar in een buurt boeken te delen. Vaak staan ze in de kast nadat je ze gelezen hebt, maar met Minibieb kun je er iemand anders blij mee maken. En wie weet kom jij ook weer een mooie verrassing tegen in een andere Minibieb.



Naasten

‘Naasten’ een graphic novel over mantelzorg in de laatste levensfase.

Onderzoeker Maaïke Haan en tekenaars Melanie Kranenburg en Niek van Ooijen maakten in 2019 een graphic novel over zorgen voor een naaste wanneer deze ernstig ziek is. Dit project combineert onderzoek en kunst. Via het boek ‘Naasten’ wordt geprobeerd mantelzorg meer zichtbaar en bespreekbaar maken. Nu organiseren en evalueren ze trainingen met het onderwijsmateriaal. Meedoen? Je bent van harte welkom! Aanmelden kan via: maaike.haan@radboudumc.nl tot uiterlijk 9 januari. Daarna delen we de groepen in.

Laat je inspireren door diverse materialen vanuit het stripboek ‘Naasten’ over mantelzorg in de palliatieve fase. Tegelijk help je de onderzoekers met jouw evaluatie om het materiaal en de training te verbeteren.

Het boek is in te lezen in Sûnenz Drachten. Hier liggen een aantal exemplaren bij de receptie.

Zelf aanschaffen kan via <https://stripwinkeldickbos.nl/naasten.html> of via **boekhandel vd Velde in Drachten**



Keramiekklessen in Sûnenz

Ook in 2023 geeft Petra Paap van atelier Pepa weer keramiekklessen in Sûnenz. De lessen bestaan uit blokken van 4 lessen in het voor- en najaar en we vragen per blok van vier lessen een bijdrage van €30,-

De deelnemers die al een keer meegedaan hebben weten dat keramieken heerlijk ontspannen is, maar er zijn meer aspecten aan keramieken die er toe doen.

Want door een drie dimensionaal werk te maken moet het van alle kanten bekeken en betast worden. Hierdoor wordt verbeeldingskracht en creativiteit aangesproken evenals doorzettingsvermogen.

Het stimuleert de fijne motoriek en tegelijkertijd zorgt het boetseren ook voor een verhoogde concentratie en een langere focus. Daarnaast kan het eindresultaat veel voldoening en eigenwaarde geven (maar dat hangt natuurlijk ook af van hoe tevreden je bent over je eigen resultaat).

Data Keramiekklessen 2023, dinsdag van 13.00 - 15.00 uur

Blok 1: 31 januari, 7 februari, 14 februari, 21 februari

Blok 2: 9 mei, 16 mei, 23 mei en 30 mei

Opgave via: atelierpepa@gmail.com

Voor keramiekklessen op andere locaties: www.sunenz.nl



Kunst in De Miente

ZuidOostZorg heeft een financiële bijdrage gevraagd voor het project: dans/muziek en creatief in De Miente Gorredijk en deze is toegekend door Stichting de Friesland Jubileumactie! Deelname aan deze workshops is door de toegekende subsidie gratis. Woont u in De Miente of maakt u gebruik van het dagcentrum? Woont u in de omgeving of bent u vrijwilliger of familie? Iedereen is welkom! Doe mee en leer samen iets nieuws.

Muziek maken met Mear mei Muzyk o.l.v. Guus en Annewiep

Dinsdagmiddag 14.00 - 15.30 uur

10 en 31 januari

21 februari

14 maart

4 en 25 april

16 mei

6 juni

Danslessen o.l.v. de Dansdivisie

Woensdagochtend van 10.30 - 11.30 uur

Creatieve lessen o.l.v. Titi Zaadnoordijk
Maandagochtend om 10.00 uur inloop met koffie en thee

Start 10.30 uur tot 11.30 uur
2, 16 en 30 januari en 6 maart

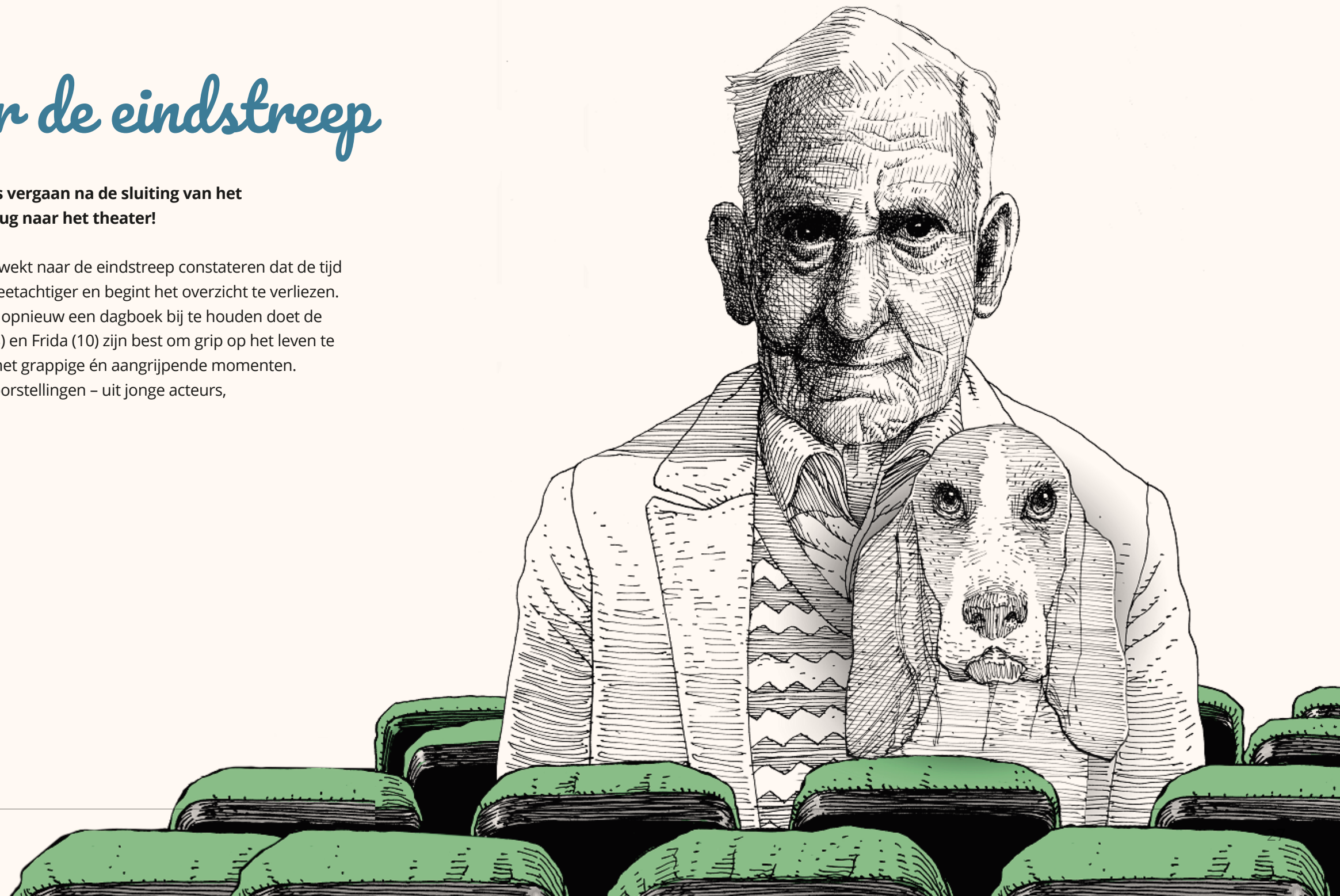


Opgewekt naar de eindstreep

Voor iedereen die benieuwd is hoe het Hendrik is vergaan na de sluiting van het verzorgingstehuis is er goed nieuws: hij komt terug naar het theater!

De geliefdste bejaarde van Nederland moet in Opgewekt naar de eindstreep constateren dat de tijd niet meer zo mild voor hem is: hij wordt steeds vergeetachtiger en begint het overzicht te verliezen. Dat levert de nodige verwarrende situaties op. Door opnieuw een dagboek bij te houden doet de dementerende Hendrik met zijn vrienden Leonie (88) en Frida (10) zijn best om grip op het leven te houden. Dat zorgt voor een ontroerende komedie met grappige én aangrijpende momenten. De cast bestaat – net als de vorige Hendrik Groen-voorstellingen – uit jonge acteurs, met Beau Schneider in de hoofdrol.

Donderdag 23 februari 20.00 in
De Lawei Drachten in de grote zaal
Met de speciale kortingscode:
SUNENZ10 ontvang je 10% korting
op een kaartje van € 36,-



Luisterboeken die ertoe doen

Ontdek de verhalen die jou interesseren en beleef uren luisterplezier.

Een van deze verhalen is de podcast serie 'Mijn leven daar en hier'.

In de podcastserie Mijn leven daar en hier vertellen migrantenouderen hun bijzondere verhalen en gunnen ons een kijkje in hun wereld en achtergrond.

De eerste twee afleveringen - met Paul uit Amerika en Viktoria uit Roemenië - staan inmiddels online. Luister mee en ontdek wie ze zijn, wat hen hier heeft gebracht en hoe zij hun oude dag in Nederland doorbrengen.

Deze podcastserie ontwikkelde UP! in samenwerking met Leyden Academy en Romanee Rodriguez en is mogelijk gemaakt door het Jo Visser fonds en het Hofje Codde en Van Beresteyn.

<https://luistermap.nl>

<https://upinnederland.nl/programma-categorie/podcast/>



Samen werken aan gezondheid

