

Tanya Torsen

INTERVIEWS



REDACTIELEDEN

P. van Loon
Mevr. Ter Weyde
Jane Aerts
Gerald Vermeulen
Robert Stouthamer
Jan Bolders
Marco Pecher
Marco van Alen

Lay-out P. van Loon en Mevr. Ter Weyde
Drukwerk Mevr. Ter Weyde
Uitgave 2 x maart 1990

INHOUDSOPGAVE

Wist je datjes.....	
Spreuken.....	
Voorwoord P. van Loon.....	
Knuffeltjes.....	
Dankwoord M. Popelier.....	
Woordje directeur.....	
Tekening (voorplaat) Tanja Tensen.....	
Allerlei informatie.....	



Beste lezers

Het is weer zover, er is weer een nieuwe uitgave van het "INTERNIEUWS". Het is wel een paar weken later geworden dan we in de eerste uitgave van dit jaar beloofd hadden. Maar al met al is de redactie er weer in geslaagd om ook deze keer er een samen te stellen.

Het is welliswaar niet zo'n dikke uitgave dit keer, maar we denken dat dit niet aan de kwaliteit van dit blad afdoet.

We vinden het wel jammer dat er zo weinig stukken door jullie bij de redactie ingeleverd zijn.

Behalve van de leerlingen hebben we er zeker geen bezwaar tegen, nee sterker, stellen we ook zeer op prijs reacties van de personeelskant te ontvangen.

Dus, wil je iets leuks schrijven over je hobby's, vakanties, school enz. enz. doe dit dan zo snel mogelijk en lever dit dan in bij een van de redactieleden.

P. van Loon

tweede uitgave maart 1990



WOORDJE VAN DE DIRECTEUR.....

Het blijft iedere keer weer spannend of de redactie erin zal slagen om een nieuwe aflevering van INTERNIEUWS te produceren. Het feit dat U dit leest is het bewijs dat het opnieuw is gelukt om een uitgave te verzorgen. Ik feliciteer de nieuwe redactie ermee en wens ze succes in de toekomst.

Sinds de vorige uitgave hebben er al heel wat activiteiten plaatsgevonden in ons schoolinternaat, met als hoogtepunten de feestelijke opening van onze dependance "het poppehuis" op nummer 8 en de feestelijkheden rondom het jubileum van de Heer Poppelier.

Ongetwijfeld leest U in Internieuws meer daarover.

We hebben inmiddels een groots opgezette enquête gehouden onder de jongens en meisjes van het voortgezet onderwijs om hun mening te weten te komen over ons schoolinternaat. Ook willen we op die manier de mogelijkheid scheppen om eventuele kritiek te uiten op zaken binnen ons schoolinternaat. Alle medewerkers doen hun uiterste best om alles zo goed mogelijk te regelen, maar ongetwijfeld zullen er ook bij ons dingen zijn die moeten veranderen. Aan de uitwerking van de enquête wordt gewerkt en met de uitslag zal zeker rekening worden gehouden. In dit verband merk ik graag op dat ook kritiek van Ouders/Verzorgers altijd welkom is. Immers de oude spreuk die ik vroeger bij de kapper zag hangen: "bent U tevreden zeg het tegen anderen, bent U ontevreden zeg het tegen ons!" is ook op internaten van toepassing.

Voor het volgend schooljaar zijn we al druk aan het regelen. Er wordt druk nagedacht over de groepsindeling volgend jaar, opzetmogelijkheden enz. enz. Uw goede gedachten daarover zijn welkom bij ondergetekende.

We lopen alweer naar Pasen. ik heb het idee dat ieder jaar sneller gaat. Zeker nu we dit jaar "winterloos" zijn gebleven, al hebben een aantal bomen op ons terrein hun leven beeindigd in de storm.

Het systeem met de doorkiesnummers waarbij alle groepen rechtstreeks telefonisch te bereiken zijn blijkt tot tevredenheid van velen te zijn. Ook het fax-nummer wordt regelmatig gebruikt om snel een bericht te sturen naar zoon of dochter. Houdt U met opbellen wel rekening met de studietijden van Uw zoon/dochter?

In verband met de aanleg van een mini-rotonde op de Concordialaan is het schoolinternaat tussen maart en mei uitsluitend te bereiken vanaf Etten-Leur "noord". De ongemakken nemen we maar voor lief omdat de werkzaamheden een grotere veiligheid beloven te geven aan de fietsers.

We hopen op een goede laatste fase van dit schooljaar met succes voor iedereen bij proefwerken en examens!!!!

P. Eijgendaal.

directeur.

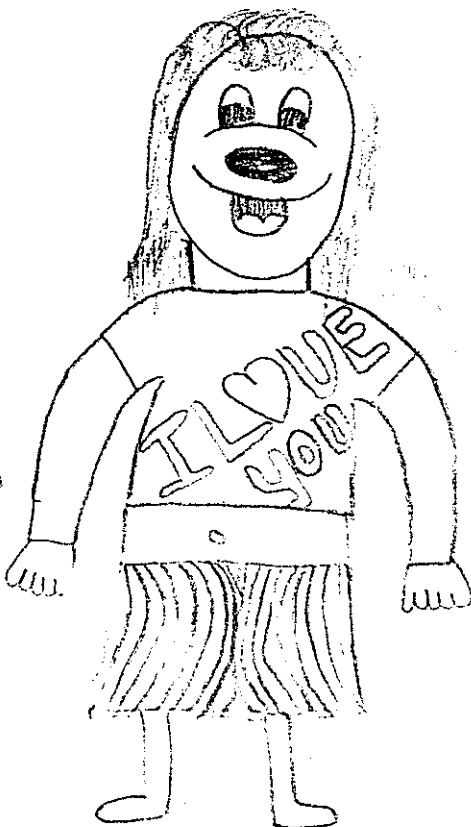
"Ik zal me even voorstellen....!"

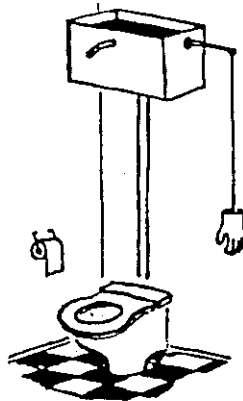
De meesten van jullie zal het al wel opgevallen zijn. Er is een nieuwe groepsleidster op "De Hoeksteen". Dat klopt, dat ben ik dus. Mij is gevraagd, door de redactie van "Het Internieuws" (waar ik nu zelf ook bij zit), om het één en ander over mezelf te vertellen. Okee, ik zal een poging wagen.

Ik ben 25 jaar en woon samen met m'n vriend. Hij is een leraar op de streekschool en een L.O.M.-school in Breda. Mijn hobby's zijn: sporten waaronder hardlopen, zwemmen, tennissen en volleyballen. Laatstgenoemde doe ik niet actief. Kleding maken, breien en ik ben dol op spelletjes. Schaken kan ik nog niet, maar ik heb inmiddels bijles van enkele jongens van de groep. Mijn "loopbaan" ziet er tot nu toe als volgt uit: Het Mavo- en Havo-diploma heb ik op zak. Na de Havo ben ik de verpleging ingegaan. Deze in-sevice-opleiding duurt 3½ jaar. Het is een combinatie van werken en studeren. In het ziekenhuis heb ik veel geleerd over leven en dood, ziekte en gezondheid, etc. Je moet erg hard werken en je merkt goed dat er veel bezuinigd wordt in de gezondheidszorg. De patienten worden er de dupe van. Dat is één van de redenen dat ik het werk als verpleegkundige niet zo leuk meer vind.

Het werken met kinderen vind ik wel fijn, zeker met "gezonde" jongens. Voor deze baan ben ik de HBO-IW (inrichtingswerk) aan het volgen: Deze studie duurt 4 jaar. Ik ga 1 dag in de week naar school. Sinds januari mag ik in het team van Mn Poppelier, Br Jos en Mv Ter Weyde versterken. Tot nu toe vind ik het heel leuk. Hopelijk ga ik nog een fijne tijd tegemoet op "De Hoeksteen".

Groetjes P.Peeters





HYGIËNNE TOILET

Dat laat nog al eens te wensen over.
Luitjes, laat de toilet schoon achter
voor de volgende.

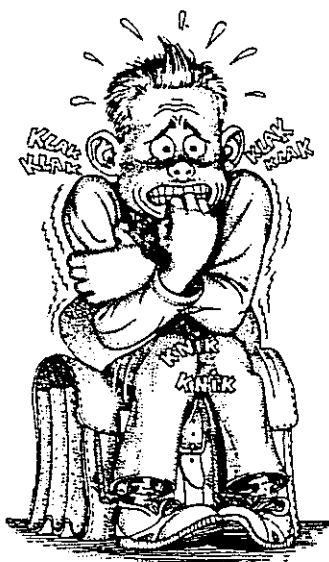
Zelf zit je toch ook graag op een schoon
toilet !! Degene die na jou komt ook!!



VRIENDELIJK ZIJN:

Ik wilde toch eens een stukje schrijven over vriendelijkheid. Van de week heb ik besloten het woord is op te zoeken in het woordenboek, en jahoor het staat er nog steeds in. En toch heel duidelijk. Vreemd, want het komt mij wel eens over dat jullie het woord in het geheel niet kennen, of anders dan toch verkeerd uitleggen. "Iets over hebben voor een ander" houdt niet in, dat je even wat tijd vrijmaakt om een korte karakterschets van een persoon weg te leggen in de vorm van "Clootsak", "Huvter" of wat jullie er ook van maken. Ik heb deze woorden overigens niet kunnen ontdekken in het woordenboek. Nee, je maakt wat tijd vrij om een gezellig babbeltje te maken. En mocht het onderwerp wat moeilijker liggen, schroom niet om je duidelijk te maken, maar probeer dan eens en let nu op "opbouwende kritiek" te geven. Klinkt moeilijk, maar werkt een stuk makkelijker.

VOORGESCHIEDENIS VAN MIJNHEER POPPELIER
ZIJN 12 1/2 JUBILEUM.



Tja, het begon zo ongeveer halverwege Oktober. Mijnheer Poppelier probeerde, weliswaar nog voorzichtig, de aandacht een beetje te vestigen op zijn aankomende 12 1/2 jarig bestaan binnen het Edward Poppe Internaat. Maar ach, Den Haag heeft ook daar reeds toegeslagen en tot zijn grote spijt moest hij onderkennen, dat volgens zijn C.A.O.-tje een 12 1/2 jarig jubileum er niet meer inzat. Dus behoorlijk aangeslagen hebben we de Heer Poppelier vanaf die tijd door onze gebouwen zien schuivelen. Ondanks de Haagse regelingen weigerde onze Heer Poppelier zich echter

zonder slag of stoot neer te leggen bij zijn C.A.O.-tje en als je goed luisterde hoorde je hem ook al mompelend door de gangen schuivelen: "Als ze toch niets doen, is voor mij de kous af". Ondertussen heeft de Heer Eygendaal, toch niet onberoerd gebleven onder al dit menselijk leed, niet stil gezeten. Hij zag duidelijk onder ogen dat de Heer Poppelier, mocht er niets gebeuren, hier niet meer bovenop zou komen. Zodoende heeft de Heer Eygendaal zoals het een echte Directeur betaamt al delegerend het een en ander aan het rollen gebracht. Nou en hoe het heeft gerold.

We schrijven woensdag, 24 januari omstreeks 17.00u. Piepend en krakend komt de express uit Breda het station binnen rollen. Uiterlijk opgewekt, maar noch immer met een innerlijke strijd kampend stapt de Heer Poppelier van de trein, recht in de armen van de Heer Eygendaal, die hem geduldig heeft staan opwachten. Samen zouden zij, zo dacht de Heer Poppelier, naar alweer zo'n saaie lintjesuitreiking gaan, en niet eens een lintje voor hem. Samen togen zij op naar Huize "Ten Bosch" waar dit "festijn" plaats zou vinden. De eerste zes stappen gingen nog met gemak, nam enkele bekende gezichten waar, waarna het bekende muntje langzaam begon te vallen. Plotseling zag hij het voor zich, daar, ja daar zaten, nee, ja, da's toch vader, Moeder jij ook? Iedereen was er. Het overviel hem toch wel iets, maar de vreugde was gelijk van zijn gezicht te lezen.

De Heer Eygendaal kon zich nu ook niet meer bedwingen en sloeg volledig door, vertelde wat er nog meer zou komen. Het heerlijk avondje was toch gekomen, dat avondje waarover de Heer Poppelier toch al weken had lopen dromen.



Je kunt duidelijk zien dat deze man in oppperste extase verkeerd. Een geslaagde avond dus.

Mijn WAAR GEBEURD verhaal.

Daar zaten we dan. Niets vermoedend in de trein van Breda naar Keulen. Wisten wij veel wat er ging gebeuren. Nadat we Eindhoven waren gepasseerd vielen we langzaam in slaap.

In Venlo werden we (mijn broertje en ik) wakker gemaakt door de Duitse douane.

Ze vroegen om ons paspoort.

Nadat ze dit gezien hadden vroegen ze of we drugs of andere spullen aan te geven hadden. Wij vermoedden nog steeds niets, dit vroegen ze immers elke reis. Maar toen begon het gedonder. We moesten onze jas- en broekzakken leegmaken. Ze keken alle spullen door en fouilleerden ons. Hij vond niets, maar we moesten toch uit de trein.

Er werd ons gezegd dat we het spul beter nú konden geven dan wanneer zij het zouden vinden, want dan waren we echt de pineut. Ik dacht bij mezelf: hoe komt hij er toch bij dat we hasj bij ons zouden hebben? Onderweg werden we nog eens afgesnauwd dat we niet achterom hoefden te kijken, omdat hij er nog steeds liep. Eenmaal aangekomen bij het douanehokje moesten we onze spullen weer uit de jas halen en werden we weer gefouilleerd. Mijn broertje ging met een van de twee naar een apart hokje. Ondertussen vroeg de ander of ik iets gedronken had. Of dat ik misschien ziek was, want ik zag er zo leip uit? Ik vertelde hem dat ik er wel kotsmisselijk van werd, maar dat verstond hij niet.

Daarna werd ik apart geroepen. Het bleek dat ik me daar uit moest kleden. Toen dit gebeurd was, heeft hij me inwendig niet onderzocht, maar wel ieder uitwendig stukje. Hij vroeg of het misschien in arsch of körper zat, want hij was bereid nog een arts te halen ook. Ik kreeg te horen waarom ik alleen in Nederland hasj rookte en niet in Duitsland. Ik zei dus dat ik nooit hasj rook of gerookt heb. Dit was nutteloos, want hij geloofde me toch niet. Want, zeg nou zelf, ik zie er toch ook uit alsof ik kilo's rook nietwaar ?? (ahum).

Toen vroeg hij of we het misschien in de trein hadden laten liggen, maar dat zouden we toch niet erg vinden want dan zouden we in Duitsland wel weer nieuwe kunnen kopen, zei hij. Hierop werden onze tassen van top tot teen doorzocht, maar ja, hij vond nog steeds niets. Volgens mij was hij gewoon kwaad omdat hij niets kon vinden.

Na deze nachtmerrie kregen we te horen dat we Duitsland waarschijnlijk niet in mochten. Na een tweede bedenking mochten we weer wél verder reizen, onder de voorwaarde dat niemand van ons van het station af zou gaan. Hij zou dan gaan denken dat we iets gekocht zouden hebben, en dan zou hij ons opnieuw moeten onderzoeken, zei hij. Bij de volgende trein kwamen er alleen mensen met lang haar en leren jassen uit. Toen we in Keulen aankwamen gingen we met de taxi naar boord, maar die vent reed ook nog een keer verkeerd, dus onze vrijdag was compleet.

We hadden dus de trein van 18.30 uur in Etten-Leur en zouden normaal gesproken om 20.25 uur in Keulen zijn; maar we waren er nu dus om 23.25 uur en thuis om 00.05 uur !

Waar ik dus het meest kwaad om was, was dat ze zeiden dat we er uitzagen alsof we kilo's zouden gebruiken !

Ik hoop dat ik jullie nu genoeg gewaarschuwd heb, dat je NOOIT OF TE NIMMER in slaap valt in de trein vlak voor Keulen, want je staat zó in je nakie.

Mocht dit je ondanks alles tóch overkomen, dan wens ik je bij voorbaat een

PRETTIG WEEKEND !!

Marco en Edwin Pecher

(meer informatie op Voorhuis-west
bij Marco Pecher).

Wist je dat

- Niek (die ene die zo ontzettend intelligent is) zijn schooltas weleens op school vergeet
- Fanny nog eens een keer blut wordt door al die glazen die ze uit haar handen laat vallen.
- Klapzoenen van mevrouw Dhooge heel zachtjes aankomen
- Het nieuwe telefoonsysteem meer na als voordelen heeft
- Iedereen elkaar kan afluisteren
- Het verboden is om "jammie" , "mmmmm" "bah", en jakkes op de eetlijst te schrijven
- Het "internaat" stilletjes aan weer gaat leven
- We mijnheer Vrins wel eens in een zadel willen zien
- De meisjesgroep heel vaak verstopt zit (de w.c.)
- De brugklassers zeer mileubewust zijn
- Frans de Bruin afgevallen is, dat zeggen ze tenminste
- Pierre heel erg lief is
- Mijnheer Eygendaal zich al bezig houdt met liefdesproblemen
- Zoenen op de "Driesprong" verboden is onder de 1. meter 60.

DE MOPJES VAN DE "BASISSCHOOL"

- Twee aardappels zitten in de trein, een aardappel zegt tegen de ander, " waarom huil je zo"??, ik huil, want mijn vader zit in de puree. van Corina.

Nu komt er een mopje van Petra;

Jantje zat opp school en hij was aan het rekenen en hij had ineens een fout, dus hij wilde zijn gummetje pakken maar hij kon hem niet vinden, dus hij stak zijn vinger op en de juffr. zei "ja Jantje" ik ben mijn gummetje kwijt, ja dan mag je gaan zoeken op de gang.

En toen Jantje weg was zei de juf "Pietje wat zou jij zeggen als ik in het graf lag" toen zei Piet " daar ligt de lieve juf" en toen zei de juf "wat zou jij zeggen Klaasje..... ik zou zeggen "daar ligt de lieve aardige juf" en toen kwam Jantje binnen en de juf zei "Jantje wat zou jij zeggen als ik in het graf lag toen zei Jantje " daar ligt dat kreng" hi hi hi (dat was lachen)

En dan nu het mopje van de week van Rob

Rob: toppunt van geduld is is vis op de muur tekenen en wachten tot hij weg zwemt.

Rob: het toppunt van sadisme is, een man met een been voor zijn verjaardag een step geven.

Olivier; een blinde een klap voor zijn kop geven en zeggen, "die zag je niet aankomen zeker".

Olivier; toppunt van snelheid om de tafel heen rennen en jeeigen op de rug zien te tikken.

nog eentje van die dwaze jongens samen,

Olivier; toppunt van snelheid

Rob; is met zijn tweeen de bosjes ingaan en er met zijn drieen er uit komen

Interview met Jorge Rombouts (de nieuwe kok)

- Waar kom je vandaan?

Ik kom uit Breda.

- Wanneer ben je geboren?

Ik ben geboren op 3 januari 1965. Ik ben dus net een paar weken geleden 25 jaar oud geworden.

- Wat heb je gedaan voordat je hier bent komen werken?

Ik heb hiervoor gewerkt via een uitzendbureau. Ja en daarvoor heb ik voornamelijk op school gezeten.

- Je bent nu dus klaar met school?

Nee, nog steeds ga ik dinsdag om de week naar school (1 week school, 1 week vrij, enz.).

- Op wat voor scholen heb je dan allemaal gezeten?

Na mijn lagere school ben ik naar een internaat in Ossendrecht gegaan. Die school heette Onze Lieve Vrouw ter Duine, en dit was een internaat en LTS ineen. Op deze LTS heb ik de Consumptieve richting gedaan. Dit is een bakkersopleiding.

Daarna heb ik een jaar KMEBO gedaan om een andere richting uit te zoeken. Ik moest namelijk met bakken ophouden omdat mijn handen niet tegen bepaalde soorten deeg konden. Hierna heb ik 3½ jaar op de streekschool gezeten. Waar ik ook Frans Peeters heb leren kennen. Hier heb ik de richting instellingskoken gevolgd.

Daarna heb ik nog in het leerlingenstelsel gezeten en nu volg ik kursussen bij de BGP. Voor de basisopleiding ben ik al geslaagd en nu ben ik bezig met de opleiding; 2e kok. Voor het theoretische gedeelte ben ik nu geslaagd en ik ga nu dinsdag om de week naar school voor het praktische gedeelte.

- Hoe ben je aan deze baan gekomen?

Er stond een advertentie in de krant en daar heb ik op gereageerd. Daarna ben ik twee keer op 'n sollicitatiegesprek geweest. De eerste keer waren er nog zes over en toen zeiden ze dat ik binnen 2 weken van hun zou horen, dit was op een vrijdag. Maar ik was nog maar net thuis of er werd al gebeld of ik 's maandags terug kon komen voor het 2e gesprek. Natuurlijk kon ik dat en de vrijdag daarop kreeg ik bericht dat ik was aangenomen.

- Waarom heb je juist hier gesolliciteerd?

Ik heb hier gesolliciteerd omdat het me leuk leek om met jonge mensen om te gaan, en het 's een vaste aanstelling is, wat natuurlijk altijd beter is dan via een uitzendbureau en omdat op een schoolinternaat er in de vakanties niet gekookt hoeft te worden.

- Ben je van plan om zo gauw mogelijk weer een andere baan te zoeken?

Nee natuurlijk niet, waarom zou ik ook. Ik heb hier nu een goede baan en fijne collega's om mee te werken. Nee, ik denk dat ik hier voorlopig nog wel blijf werken.

- En hoe vind je het nu om hier te werken?

Het is tof om hier te kunnen werken. De mensen hier op het internaat zijn leuk. En Louis v/d Riet kan mij nog veel dingen leren en hij is vooral een goede leraar (Hoezo slijmen; red.). Ook het werkrooster vind ik geen probleem. Wij werken namelijk een week vroege dienst. Het weekend daarna moet je ook werken en daarna heb je twee weken late dienst. Vooral als je vroege dienst hebt moet je vroeg op, want dan moet je om 6.30 uur al op het internaat zijn. Maar ik hou er wel van om vroeg op te staan.

- En wat vind je van de leerlingen?

De meeste begin ik nu te leren kennen. Ze zijn erg aardig. Wel heb ik het gevoel dat sommige leerlingen, vooral uit de Hoeksteen en de Driesprong, me af en toe wel uit proberen.

- Wat vind je het leukst om te doen in de keuken?

Eerst natuurlijk het werken met deeg, bakken van brood en allerlei gebak. Nu vind ik vooral het maken van koude schotels leuk. Maar eigenlijk moet je alle soorten koken leuk vinden anders hou je het niet lang uit als kok.

- Wat zijn je hobby's?

Voetballen, skieën, trimmen, vriend(-inn)en en tennis.

- Dus je bent wel een sportief figuur?

Nou zo erg is het nu ook weer niet, maar ik houd er van om te sporten of om er naar te kijken. Zo heb ik bv. een seizoenskaart bij NAC en met de carnaval ga ik weer skieën.

- Wat doe je nog meer als je vrij bent?

Ik doe wat vrijwilligerswerk bij ons in de Laurentius parochie in het Ginneken. Ik organiseer daar wie er moet misdienen. Zelf ben ik 10 jaar misdienaar geweest. En in het weekend ga ik uit.

- Waar? Meestal ga ik naar Scorpio of Grand Café of de Groene Vlinder. En soms naar België naar Brasschaat, Schilde of naar West-Malle. En als ik niet anders hoeft te doen dan slaap ik lekker lang uit.

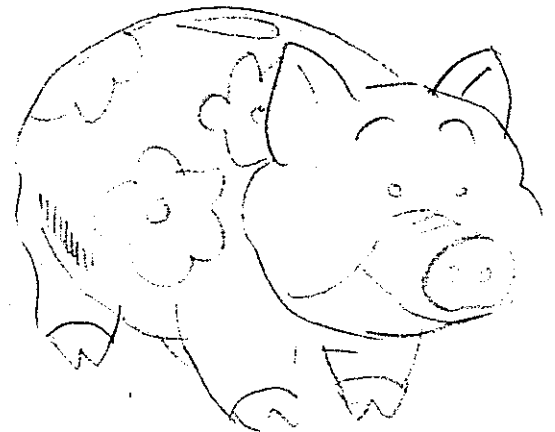
- Wat voor een droom heb je die je graag uit zou willen laten komen?

Ik zou graag eens een keer naar de Verenigde Staten willen gaan met vakantie. Ik ben namelijk al eens in keer in Canada in Alberta geweest. Dat is in de buurt van Calgerie. En dat vond ik zo leuk dat ik wel eens een keer terug wil maar nu naar de Verenigde Staten of Nieuw-Zeeland waar ik ook (net als in Canada) familie heb wonen.

Groetjes

Jorge

Door: Gerald Vermeulen



TE KOOP,

Jeroen de Keijzer biedt te koop aan;

Eèn Hapè batterijenlader voor alle soorten nikkel-cadmium batterijen. Fl. 15,-

Penlite batterijen oplaadbaar. Fl. 5,-

Gratis af te halen bij Jeroen is.

Keftpapier, bijna een hele rol.

Stickers van de popgroep Bravo.

KNUFFELEN !!!!!!!

Om te beginnen; wat is knuffelen eigenlijk ?

Nou, knuffelen is een instinct, een natuurlijke reactie op gevoelens van medeleven, behoefte, vreugde, verdriet en natuurlijk ook liefde.

Knuffelen is gezond, en het is wetenschappelijk bewezen dat iedereen de behoefte heeft om wel eens te knuffelen(al is het met je teddybeer, of met jezelf). Knuffelen kan op elk moment van de dag en overal!

Knuffelen is erg comfortabel, het schaadt de gezondheid niet, energie vriendelijk, draagbaar, maakt depri-tijden gelukkig en gelukkige tijden nog gelukkiger.

Natuurlijk zijn er zoals aan elke therapie kosten aan verbonden. Zo dus ook aan de knuffeltherapie; deze is dus niet geheel gratis. De prijs voor het knuffel bestaat uit het risico dat de knuffel weleens afge-
wezen kan worden, of verkeerd begrepen, kortom een zogenaamde blauwe knuffel lopen!!

Er zijn vele soorten knuffels, zoals:

- de beerknuffel;
- de boterhamknuffel;
- de grijp-ik-heb-hem-knuffel;
- en natuurlijk de groepsknuffel.

Deze technieken zal ik even voor de toelichten:

De beerknuffel

Dit is dé traditionele knuffel zoals iedereen die wel kent. Deze knuffel is dus bedoeld voor 2 personen. Deze is speciaal geschikt voor:

- ouders en kinderen;
- groepsleiding en leerling;
- en natuurlijk vrienden inclusief echtparen en geliefden, die hopelijk óók vrienden zijn.

De boterhamknuffel

Dit is een knuffel voor 3 personen. Twee ervan staan met hun gezicht naar elkaar toe en de 3e staat in het midden met zijn/haar gezicht naar de anderen toe. Een boterhamknuffel is vooral aangenaam voor degene die in het midden staat, als deze het erg moeilijk heeft of gewoon behoefte heeft aan extra warmte. Een boterhamknuffel is erg handig voor:

- 3 goede vrienden
- een stel dat iemand wil troosten
- twee ouders en een kind.

MAAK JE EIGEN BOTERHAM!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

De grijp-ik-heb-je-knuffel

Dit is een knuffel van korte duur, maar zeker geen mindere knuffel!!!!!!

Persoonlijk is dit mijn fafariete knuffel.

- De ene knuffelaar rent op de andere af en slaat zijn armen om hem/haar heen. Drukt hem/haar even snel tegen zich aan, laat de gelukkige los en gaat er weer vandoor.

LET OP:

De knuffelaar die op de andere afstormt moet wel richtingsgevoel hebben, en dus goed kunnen mikken. Anders zou deze knuffel wel eens fataal kunnen aflopen.

Gebruik van deze knuffel:

- in de keuken of recreatie (als je iets gedaan wil hebben van de groepsleiding);
- in de gang;
- op het station;
- in de klas;
- een (groot) kantoor (als je een lieve secretaresse of baas hebt).

De groepsknuffel

De groepsknuffel is een zeer populaire knuffel voor goede vrienden onderling. De groep vormt een cirkel waarbij iedereen zo dicht mogelijk tegen elkaar aan staat, de armen om elkaars schouders heen en dan zo fijn mogelijk in groepsverband knuffelen. Een extra accentje geeft deze knuffel door een paar mensen in het midden van de cirkel te zetten (bij voorkeur de groepsleiding). De cirkel knuffelt dan zo dicht mogelijk tegen deze personen op. Een soort knuffelpaal-effect.

Groepsknuffels zijn goed voor:

- klasgenoten;
 - meisjesgroep;
 - hardwerkende commissieleden;
 - of welke groep dan ook !!!!!!!!!!!!! (OOK VOOR DE HOEKSTEEN DUS).
- Wanneer zou jouw groep zo'n knuffel plezierig vinden?

Een tot slot de geluidseffecten.

Een knuffel kan vergezeld gaan van een ogenblik stilte; of met hevige geluidseffecten zoals:

- zucht(en);
- Hoera !;
- (heel klein zuchtje of hijgje...);
- Dat is fijn!;
- Oeh... dat had ik nodig!

Zo, ik hoop dat je nu iets meer weet over knuffelen, en dat dit nog eens van toepassing komt:
WANT.....

KNUFFELEN IS ER VOOR IEDEREEN !!!!!

Naar het boek:
"Het Knuffelboek"
(een gezonde therapie
voor een gezonder leven)
van: K. Keating.



LIEVE LIEFDESPROBLEEMDESKUNDIGE...!!!!!!!

Ik heb de laatste tijd ontzettend last van frustraties en stress.

Ik rook de laatste tijd erg veel en heb ook last van slapeloze nachten, kortom zware liefde.

De persoon in kwestie is in een woord een reusachtige KANJER.

Hij heeft hele lieve krulletjes en voor de rest een perfect lichaam.????????????????????

ALLEEN NU HET PROBLEEM:

Ik weet niet waar ik met hem aan toe ben, want het ene moment is hij heel lief en krijg ik dus weer hoop, het andere moment stort mijn hoop totaal ineen want dan is hij totaal onbereikbaar.

HOE MOET IK TOT HEM DOORDRINGEN.??????????????

HOE KAN IK HEM BEREIKEN.??????????????

Alstublieft, geef mij een tip voor deze onbereikbare liefde.

A DESPERATE (piep).

HET IDEE VAN HET JAAR.

Het beste idee van mevrouw Dhooge in vele jaren.
Uitgesproken op 1 november 1989 om precies 18.10 en 20 sec.

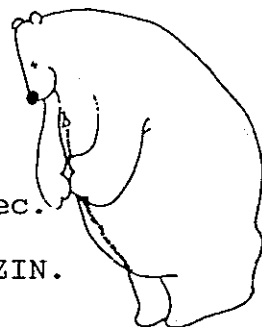
ZULLEN WE VANAVOND MAAR NIET STUDEREN, WANT IK HEB GEEN ZIN.

Jammer genoeg is de studie toch doorgegaan omdat mevrouw Dhooge het toch maar niet zo'n goed idee vond, hoewel wij haar hebben proberen te overtuigen dat ze nog nooit zo'n goed idee heeft gehad.

Maaaaarrrrrr zoals wij allemaal weten, mevrouw Dhooge is gewoon ontzettend koppig.

Een heel betreuringswaardig feit. (Vooral als we met zo'n probleem zitten).

de getuige van
HET IDEE VAN HET JAAR.



Wist je dat.....

- Ivo Klavora graag een officiële wil, terwijl hij er notabene al 2 heeft??????????????
- William J. een leuk stuk ijzerwerk op zijn gezicht heeft
- Casje en nieuw vriendinnetje heeft genaamd Trudy

- Lieve PIEP

Ik heb lang nagedacht over jouw probleem en ben op een paar eventuele mogelijkheden gekomen. Uit jouw brief heb ik begrepen dat je nog in fase 1 zit (de ontwikkelingsfase).

Hierop zal snel fase 2 volgen. De oogkontakt fase. Probeer deze fase zo snel mogelijk te bereiken, maar let op: loop niet te hard van stapel!!!!!!

Om de derde fase door te komen kun je vast beter op zoek gaan naar gesprekstof want dit is de gespreksfase.

Na deze fase begint het pas echt leuk te worden want dan beland je in de lichamelijkekontaktfase. WEES HIER HEEL VORZICHTIG MEE (want one touch is enough to make you go wild)

De eindelijke doorbraak ligt in de geestelijkkontaktfase, want heb je dit eenmaal bereikt betekent dat, dat je door bent gedrongen tot deze onbereikbaar persoon.

De poort naar de bereikbare liefde staat open. ga door deze poort en bewandel de paden des liefdes.....

But you must be aware..... want de poorten kunnen zich sluiten en dan zit je helaas klem!!!!!!

ik wens je veel succes bij het doorlopen van de fasen. Geef het niet te snel op!!!

Just remember, love will always find a way.

Liefdesprobleemdeskundige.

Wist je dat.....

- Mijnheer Poppelier wel een paar keer in het onweersbuitje werd gezet door Pierre (nog wat)
- Er een crisis heerst op de meisjesgroep (medisch centrum west namelijk afgelopen is.
- Niek soms heel dom kan zijn al zou hij dat nooit van zijn leven toegeven. Smoesjes zat.
- Hij desalniettemin heel lief is.
- Marye Moore ? stelten heeft.
- We mijnheer Poppelier toch eens duidelijk moeten maken dat dor het vele eten zijn haar echt niet harder gaat groeien.
- B.M. en I. de B. soms heel diep gaan.
- De hoeksteen 2 hele leuke stagiaires erbij heeft.
- Mijnheer Poppelier stik chagerijnig is sinds hij gestopt is met roken.
- Hij dus inmiddels weer is gaan roken. nooit toegeven. Smoesjes zat.

Hallo allemaal

Hier een stukje van Astrid Heynen. Ik loop stage op de "basisschool" wat me heel erg goed bevalt. Misschien hebben jullie me al gezien want ik ben al verschillende keren op het "grote gebouw"! geweest.

Ik moet eerlijk zeggen dat het me een heel gezellige boel leek.

Bijna net zo gezellig als wij het hebben op het "basis internaat".

groetjes Astrid.

Aansluitend een woordje van juffrouw Van Leest.

Op onze groep zitten 10 kinderen waarvan 6 jongens en 4 meisjes.

De jongste is 6 jaar en de oudste is 13 jaar. We slapen hier met meerdere kinderen op een kamer, namelijk met zijn tweeën of met zijn vieren.

Wij zitten allemaal nog op de "basisschool Den Overkant".

Gelukkig hebben wij niet zoveel studie, de jongste klassen een half uurtje en de hoogste klassen drie kwartier.

Wij doen hier allerlei leuke dingen zoals: knutselen, zwemmen, naar de bibliotheek, wandelen en best veel buiten spelen na schooltijd. Wat daar wel jammer aan is, is dat we pas om half vijf op het grote plein kunnen spelen, verder is het hier te gek.

Tja en ik wil me ook graag even voorstellen. Ik ben Helene en iedere maandagavond in de "basisgroep". Ook val ik in bij ziekte en wanneer het zoal nodig is.

Zo langzamerhand voel ik me steeds meer ,,thuis,, en leer ik de kinderen meer kennen en zij mij natuurlijk.

Wat indruk op mij heeft gemaakt was de grote "kerstviering".

Er werden mooie dingen gezegd en gedaan.

Tot de volgende keer en groetjes Helene.

MOPJES

Wat valt je op als je een koe naast een Belg zet?
de intelligente blik van de koe.

Hoe kan je een belg een paar weken bezig houden?
Door op een papiertje aan beide kanten z.o.z. te schrijven.

Waarom neemt een Belg een steen mee naar bed?
Om het licht uit te gooien.

Waarom komt een Belg niet in de hemel?
God, is wel goed maar niet gek.

Iedereen zal ze wel gelezen hebben; In ons vorig krantje stonden enkele interviews betreffende de nieuw geopende basisschool " 't Poppehoekje ". Alles en iedereen werd daarin met naam en toenaam succes toegewenst, nouja, alles en iedereen is overdreven. Tot mijn grote verbazing ontbrak hierbij namelijk toch een naam, welke toch zeker van groot belang is voor het goede reilen en zeilen binnen dit nieuwe jeugdhonk. Misschien doet de naam Jolanda toch bij enkele personen nog een belletje rinkelen. Zij zorgt er onder andere voor dat de kindertjes naar een schoon toilet kunnen en ze 's-avonds op een schone slaapkamer komen en zo kunnen we nog wel een tijdje door blijven gaan.

Kunnen jullie je ook maar enigszins voorstellen hoe ons nu toch zo frisse jeugdhonk er na drie jaar zonder Jolanda uit zal zien ?? Nee, nou ik wel.

Truus

NEW BEAT =====

Men heeft weer iets nieuws uitgevonden om de disco's vol te krijgen ! Een nieuw soort "muziek", die nog simpeler is dan al het voorgaande dat in de disco's gedraaid werd, en daar gaat het om: het moet simpel zijn; je moet er vooral niet bij ná hoeven te denken. Het is uitgevonden in België (dat zegt eigenlijk al genoeg!) en het heet "NEW-BEAT".

Alle new-beat-nummers hebben dezelfde constante dreun, zodat het voor de ongeofende dincoganger na het beluisteren van 2 nummers al lijkt alsof er iemand met een hamer op je hoofd staat te slaan. Het bijbehorende melodietje is nóg simpeler, vaak nog iets minder gecompliceerd dan de in-gesprek-toon van de P.T.T! Meestal zit er dan ook nog een zeer doordachte sociaal-kritische tekst bij, zoiets als "shake your tits to te new-beat hits", wat dan ook nog eens 128 keer herhaald wordt, voor het geval je het de eerste keer niet verstaan hebt!

Vaak zit er ook helemaal geen tekst bij, maar alleen een vrouwelijk persoon die een astma-aanval krijgt.

Het maken van een newbeat-plaat is overigens niet zo moeilijk: je kunt het beste als volgt te werk gaan:

je pakt je synthesizer, je sequencer en je drumcomputer, zet deze alle drie aan en gaat dan de was strijken. tegen de tijd dat de was klaar is, is je new beat plaat ook klaar, zo simpel is dat; voor mij mag new-beat heel snel OLD-BEAT worden !!!!!!!!!!!!!!!

WIST JE DAT.....

WAT EEN GESODEMIETER
DIE HANDSTAND!

- Marco P. niet kan pellen
- de "hoeksteen" altijd het mikpunt is
- Broeder Tarcisius ontzettend veel fantasie heeft
- Cas een heel lief smoeltje heeft
- Franny heel vrolijk kan zijn als ze boos is
- Het "internaat" steeds meer een bron van sensatie wordt
- 's-avonds koffieleuten op de gang heel gezellig is
- We tot de conclusie zijn gekomen dat mevr. Stravers een echte secretaresse is
- Mevr. Dhooge en mevr. van de Kamer samen praten over hoe je een vloer of tapijt schoon moet houden
- Wij nooit iets van die kunsten vertoond hebben gekregen op onze kamers.
- Er veel slaven op het "internaat" rondlopen
- Het "internaat" de gedachte heeft gehad een wereldwinkel te openen (jammer voor de BP)
- Trijs haar helm kwijt is
- Dat niet het enige is dat ze kwijt is
- Sommige romances op het "internaat" nog steeds door blijven bloeien
- De lachspieren van Ingeborg sterk ontwikkeld zijn
- Sandra M. tussen de benen van een paard gegallopeerd heeft
- Sita de grond heeft gekust bij de "Driesprong"
- De ob's van de meisjes nog steeds erg actief zijn (wc)
- Judy om 2 uur 's-nachts mijnh. Vrins maar niet wakker kan krijgen (wanneer wel?)
- Mijnh. Bosman niet altijd even handig is
- Er 4 nieuwe staigiaras op het "internaat" zijn gekomen
- De storm 9 bomen omver heeft geworpen en het reclame bord
- Mijnh. Eygendaal dit zo erg vond dat hij zo snel mogelijk nieuwe borden heeft besteld
- Hij wat de borden betreft niet zo veel smaak heeft

Voor het "internieuws een paar degelijke spreuken

Kies een baan die je leuk vindt en je hoeft geen dag van je leven meer te werken.

Niets is zo vluchtig als humor. Je moet het wel bedenken maat 't mag niet doordacht zijn

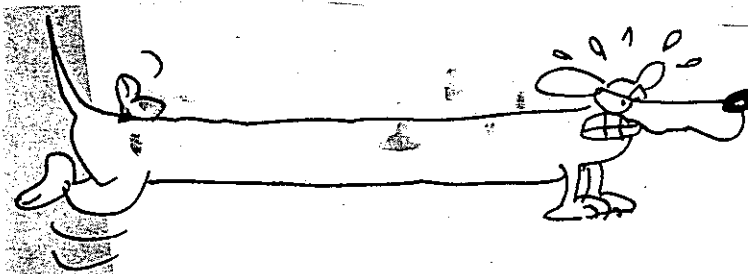
Als je ergens niet tegen opkunt kun je er misschien overheen of achterlangs

Wie zijn achterste verbrand mag blij zijn dat hij niet andersom stond

Het toppunt van zuinigheid is om iemand om 1 minuut voor 12 een goede morgen te wensen

Wie een kuil graaft voor een ander zal wel doodmoe zijn.

Jane.



Bij deze wil ik graag van de gelegenheid gebruik maken om langs deze weg iedereen, die zich ingezet heeft voor de viering van mijn 12 1/2 dienstjubileum te bedanken.

Met name wil ik de initiatiefnemers mijnheer Eygendaal, mevrouw Ter Weyde en broeder Jos van Arendonk een pluim op steken, omdat zij al een geruime tijd met de voorbereidingen actief zijn geweest.

Het was echt een hele verrassing, toen ik plotseling met dit feit geconfronteerd werd.

Er is maar weinig wat me "ONTGAAT", maar dit sloeg echt alles. Aanvankelijk dacht ik, dat er niets aan gedaan zou worden en dat werd ook steeds bevestigd. Mijn groepsleidingsinstinct had moeten werken, maar ja zelfs ik zit er wel eens naast.

De keuze om dit gebeuren op deze wijze te vieren was geheel naar mijn wens.

Het is namelijk leuker om dit soort aangelegenheden samen met de mensen waarvoor en waarmee je werkt te vieren dan in je eentje in Parijs of Amsterdam te gaan zitten.

Ook de artiesten Mr. Diamond en Pierre Knoops hebben uitstekend hun best gedaan om ons allen te verrassen.

En dat het gelukt is, weet ik zeker, omdat er nu nog steeds mensen zijn, die over deze avond met lof spreken.

Ook het lied dat jullie voor mij gezongen hebben en wat ik later pas ben gaan lezen, omdat ik zonodig als een wervelwind door de gang moest rennen, waardeer ik zeer.

Namens mijn familie en mijzelf nogmaals heel veel dank voor deze onvergetelijke avond.

M. Poppelier

Wij zijn niet zo'n
STEL DIE DE HELE
DAG GAAN LOPEN
VERBIEDEN..

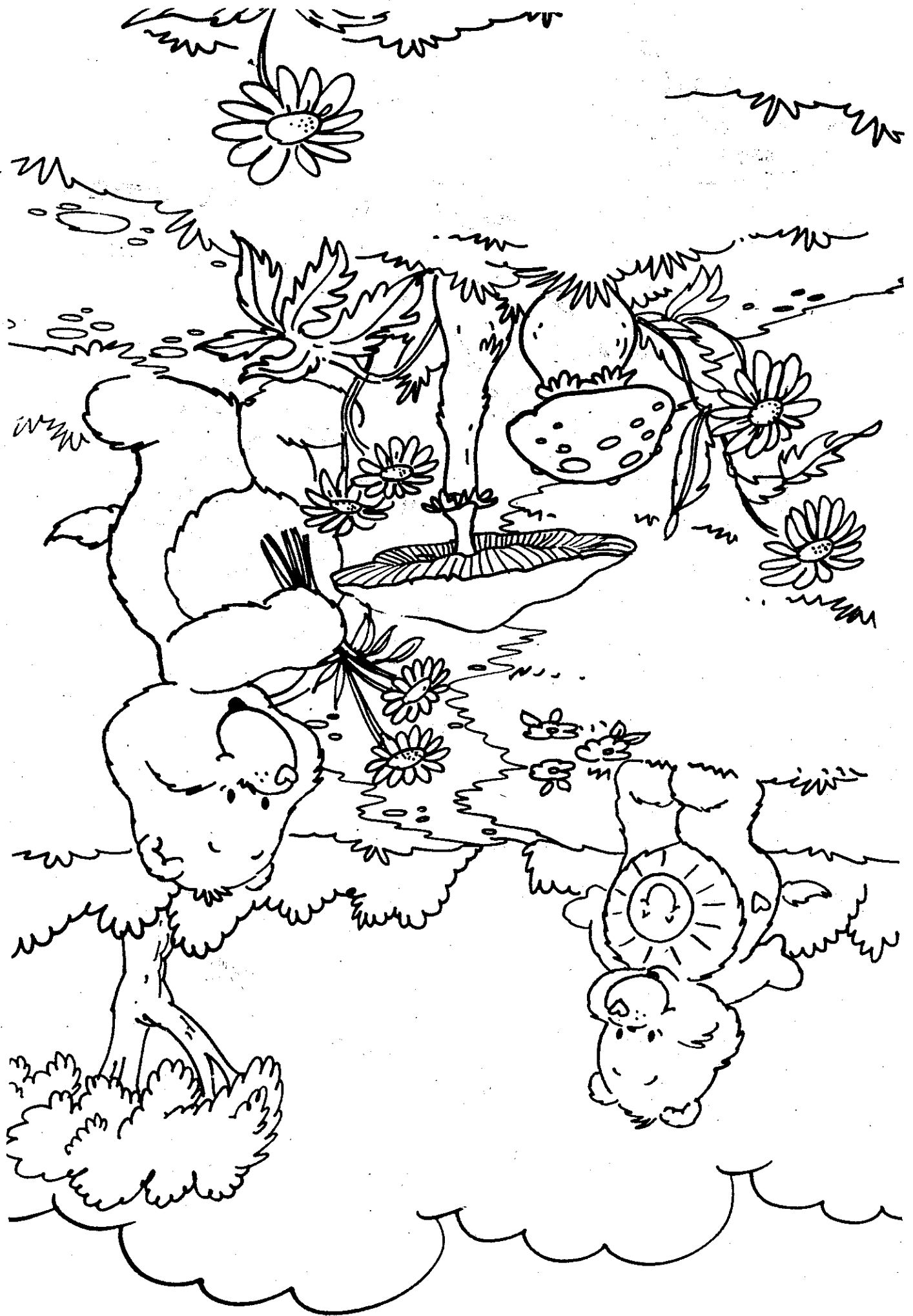
KLEURPLAATWEDSTRIJD

OP DE ACHTERKANT VAN DIT BLAD STAAT EEN KLEURENPLAAT, DEGENE DIE HEM HET MOOISTE KLEURT KAN EEN PRIJSJE WINNEN. DAT GELDT VOOR DE PEUTERS, JUNIOREN EN SENIOREN.

SUCCES.

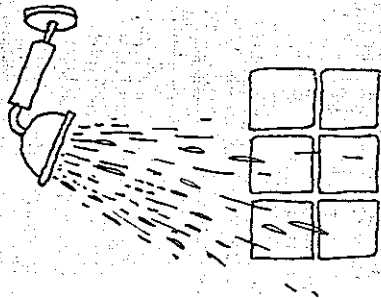
Wist je dat.....

- Juffrouw van Leest ziek is en dat we haar missen
- Jolande daar altijd het week-end voor uittrekt
- Anita graag gangen dweilt
- Mijnheer Eygendaal truus voor het eerst in 1 1/2 jaar heeft zien werken op haar afdeling.
- Mijnheer Snijders goed in zijn uppie kan carnavallen
- Hij ondanks alles toch 5 ons kwijt is



Wassen en douchen

Zeker als je sport is een douche- of wasbeurt ter afsluiting niet weg te denken. Je spoelt stof, vuil en ingedroogd zweet weg. Als je je niet regelmatig wast (nog beter is het te douchen) blijft het mengsel van zweet en huidvetten op je huid achter. Daar kun je ontstekingen van de huid (o.a. puistjes en steenpuisten) van krijgen.



Als je je flink ingespannen hebt, kun je beter geen koud water gebruiken, je lichaam koelt dan te snel af. Ook na het zwemmen is het belangrijk dat je je doucht. Denk niet dat je schoon bent als je uit het zwembad kruipt. In de meeste zwembaden wordt chloor (of eigenlijk chloorbleekloog) in het water gedaan om te voorkomen dat het zwembad een broedplaats van ziektekiemen wordt. Maar je huid kan door die chloor nogal uitdrogen of geïrriteerd raken. Daarom is het goed om je direct na het zwembad goed af te spoelen onder de douche en je goed af te drogen.

Badslippers: Als je gebruik maakt van openbare douches kun je het beste slippers dragen tegen die vervelende, hardnekkige voetschimmel. Badslippers beschermen je voeten ook tegen (lichte) verwondingen als je in de kleedkamer ergens in trapt (kroonkurken van flesjes, een gebroken glas, fles e.d.). Als je geen slippers bij je hebt spoel je voeten dan in elk geval goed af en droog ze zorgvuldig af (ook tussen de tenen!).

Soms krijg je toch voetschimmel, de huid bij of tussen de tenen is dan rood en kapot, soms zie je kloofjes. Het kan erg pijnlijk zijn. Als de voetschimmel niet ernstig is kun je talkpoeder of een tinctuur gebruiken. Maar als het ernstig is: beter even naar de huisarts.

Wratten kunnen worden verwijderd met behulp van een wrattenstift of wrattentinctuur. Wanneer dit niet lukt, kan de huisarts de wratten wegnemen. Vooral wratten onder de voet moet je laten verwijderen.

Regelmatige wasbeurt voor gymkleding

Neem je gymtas mee naar huis en zorg dat je steeds schone gymkleding bij je hebt. Je hoeft je neus maar in zo'n gymtas te steken, dan begrijp je direct wat er bedoeld wordt!

Tip:

Een goed boekje is 'Jeugd, sport en gezondheid' van Frits Wafelbakker (jeugdarts), voor f2,50 te bestellen bij het Nationaal Instituut van de Sport-gezondheidszorg.

Postbus 90, 6860 AB Oosterbeek.

In deze serie folders over sporten is ook verkrijgbaar:

Trainingsopbouw, Sport en voeding en EHBO bij sportblessures.

Vraag ze aan de GGD-jeugdarts of bestel ze bij de afdeling GVO van de GGD

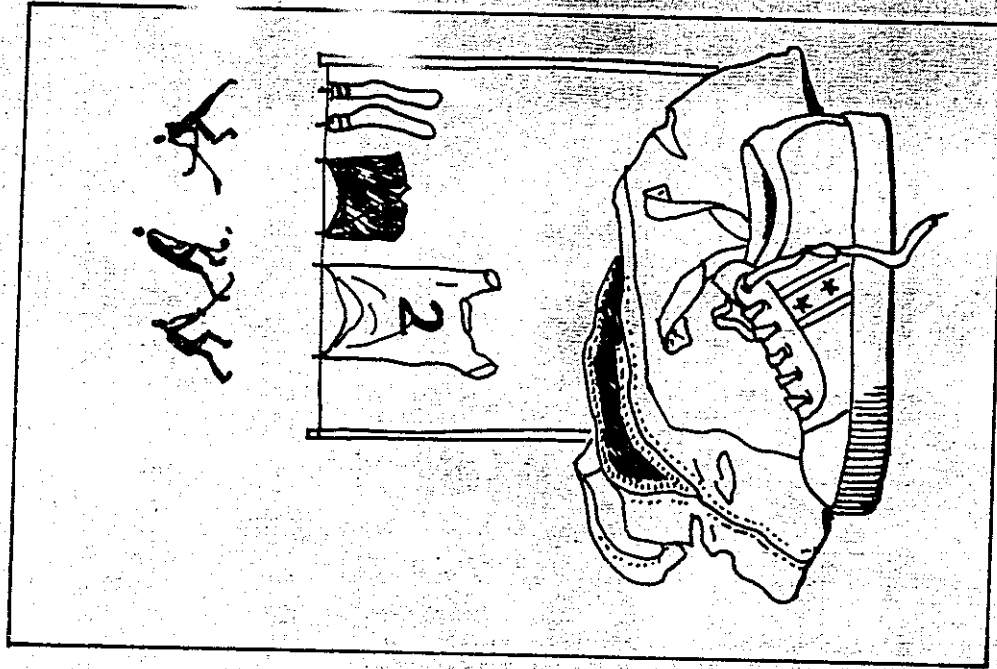
Illustraties: hanneke adelaar



STADSGEWEST BREDA

GGD STADSGEWEST BREDA
SCHORSMOLENSTRAAT 6
4811 VP BREDA
TEL: 076-262000

sport en hygiëne



STADSGEWEST BREDA

Sport en hygiëne: zorg goed voor jezelf!

Bij sporthygiëne kun je aan heel wat meer denken dan de noodzakelijke douche achteraf.

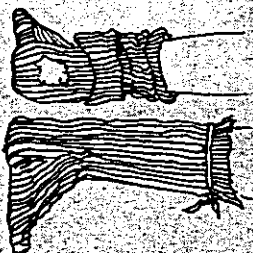
Denk jij bijvoorbeeld ook aan goede kleding, geschikte schoenen en de brood nodige warming up? In deze folder het waarom van deze zaken en waar je op kunt letten.

Kleding

Het is niet voor niets dat er voor verschillende sporten verschillende kleding bestaat. Denk maar aan de uitrusting van een hockeykeeper, aan honkbalhandschoenen, ijsheckeypakken, surfpakken, enz. Deze hebben allemaal een beschermende functie. Ook kniesteuunen en scheenbeschermers zijn ter bescherming. Je moet ze dus wel dragen, ook als je zo maar even tussendoor speelt.

Bovenkleding kan het beste van katoen zijn voor het opnemen van het zweet. Transpireer je bij koud weer, zodat je bovenkleding vochtig is geworden, sta dan niet stil, maar blijf in beweging en trek een tralingspak aan.

Onderkleding: Je slipje of zwembroek, die je gebruikt tijdens de sport, moet goed vocht opnemen..... en een andere zijn, dan die je de rest van de dag draagt.



Kousen of sokken dienen ook van katoen of van wol te zijn. Ze moeten de juiste maat en vooral geen strakke elastiek hebben en er mogen geen gaten in zitten (even afgezien van het schoonheidsoogpunt: je krijgt dan sneller blaren).

Wanneer het buiten minder dan 10°C is, kun je het beste een trainingspak of andere warme kleren dragen. Zo voorkom je b.v. knieklachten, die optreden als je je spieren forceert, terwijl ze niet op temperatuur zijn. Met een trainingspak voorkom je ook tussentijdse afkoeling.

Sportschoenen

Sporten op blotevoeten is af te raden. In het vuur van het spel wil wel eens iemand op je tenen gaan staan....!! Behalve als bescherming tegen worpjes, dienen sportschoenen om je aan te passen aan de ondergrond waarop je sport. Je hebt daarom binnen- en buitensportschoenen.



De buitenschoen heeft een steviger grip, d.w.z. een stroeve zool, zodat je ook buiten goed kunt wend en draaien zonder te vallen.

Een binnenschoen heeft een wat gladdere zool. Wanneer je een buitenschoen bij zaalsporten draagt (meestal verbiedt de zaalbeheerder dat trouwens!) kun je dus wel goed draaien en stoppen. Maar je enkel- en kniebanden krijgen steeds een flinke opta-ter, met alle gevolgen van dien (blessures, pijn).

Wat er gebeurt als je binnenschoenen buiten draagt is voorspelbaar: je gaat glijdend over het veld.

Voor sportschoenen geldt in het algemeen dat ze niet mogen knellen, maar ook niet te wijd mogen zijn. Te wijd schoenen geven te weinig steun, waardoor je kans loopt je enkel- en voetgewrichten te verstuken. Ook blaren, wondjes of blauwe nagels kun je oplopen met te wijd schoenen.

Schoenen moeten soepel zijn en niet schuin afgetrapt of versleten. Dit geeft anders een te zware belasting en vermoeidheid aan zowel je voeten, je knieën als je rug.

Hoe verklein je de kans op blessures?

Veel blessures ontstaan wanneer je aan het begin als een idioot tekeer gaat en aan het einde te sterk afkoelt. Te enthousiast en voluit beginnen is niet best.

Elke sporter zou moeten beginnen met een 'warming-up' en moeten eindigen met een 'cooling-down'.

Bij de warming-up maak je je spieren warmer en soepeler. Rondjes lopen, opdrukken, buikspieroefeningen. De rekkingsoefeningen van je spieren, die je tijdens zo'n warming-up doet, hebben vaak te maken met de sport die je gaat doen. Spieren die je dan gebruikt rek je eerst op.

Vraag aan je trainer, gymnastaar of aan de jeugdarts welke rekkingsoefeningen voor jou het meest geschikt zijn.



Een goede warming-up vermindert de kans op blessures en verhoogt de prestaties. Na ±20 minuten begin je te sporten.

De 'cooling-down', de afkoeling, betekent dat je geleidelijk teruggaat van inspanning naar rust. Dit heet ook wel 'uitwerken'. Je doet dit zo'n 10 minuten: denk aan rekkingsoefeningen, lichte bewegingen zoals dribbelen. Je spieren hoeven steeds minder arbeid te hebben, maar de warmte wordt wel goed en geleidelijk weggevoerd.

De kans op sportblessures verkleint je bovendien door goede kleding en juiste schoenen (zie hiervoor).