



## Vriendenbericht december 2023

Beste Vriend,

Aan de korte donkere dagen merken we dat het jaar alweer bijna voorbij is. Zoals u van ons gewend bent sturen wij dan de factuur voor de jaarbijdrage, met het verzoek om deze te betalen. Bij vrienden die een automatische incasso hebben afgegeven zullen wij de jaarbijdrage binnen 10 werkdagen afschrijven. Vrienden die in 2023 zijn aangesloten hebben voor dit jaar al betaald.

De volgende Algemene Ledenvergadering zal in april 2024 plaatsvinden. De uitnodiging en de precieze datum daarvoor gaat u nog van ons krijgen.

### **Wat we in 2023 hebben gedaan**

Aansluitend aan een oudergroep heeft het bestuur in april een voorlichting verzorgd over de vriendenvereniging, waarna wij weer een aantal nieuwe leden welkom mochten heten. Binnenkort zal er weer een dergelijke voorlichting worden verzorgd, in de hoop weer een aantal mensen enthousiast te kunnen maken voor het lidmaatschap van de Vriendenvereniging.

### **De in 2023 ontvangen donatieverzoeken**

Wij ontvingen het verzoek om bij te dragen aan een training van het complete team van medewerkers van De Stam, met daarin veel aandacht voor de visie op verslaving en herstel, binnen een therapeutische gemeenschap als De Stam. De vriendenvereniging heeft dit verzoek gehonoreerd met € 2.000,-. De training werd als bijzonder waardevol ervaren.

Een ander verzoek was om een bijdrage aan de jaarlijkse werkvakantie van bewoners. De vriendenvereniging heeft dit verzoek gehonoreerd met € 2.500,-. De bewoners zijn eind augustus een week naar Durbuy in de Ardennen geweest. Zij hebben dit zelf georganiseerd, wat nog een hele klus was, vooral omdat het inmiddels een flinke groep betreft, want de Stam is bijna volledig bezet. Wij kregen van hen een verslag, wat wij met plezier hebben bijgevoegd.

In 2022 hebben wij aan een bewoner van de Stam een lening van € 1.195,44 verstrekt ter betaling van een noodzakelijke tandartsrekening. Bij zijn graduatie zou de lening worden omgezet naar een gift. Deze bewoner is in 2023 gegraduateerd!

Alvast fijne feestdagen toegewenst en een gelukkig 2024!

## Een korte samenvatting van onze fijne vakantie in Durbuy in de Belgische Ardennen



*Durbuy*

We zijn maandag 21 augustus vertrokken met 3 busjes richting Durbuy. De vakantiestemming zat er goed in, er werd onderweg gezongen en veel gelachen. De reis duurde ongeveer 4 uurtjes en bij aankomst moesten we even wachten tot we beschikking hadden over het prachtige huis maar gelukkig kon de zwemkleding aan om lekker te ontspannen in de whirlpool of de prachtige rivier die achter het huis liep!

Toen we eenmaal naar binnen mochten, konden we ons lekker installeren in de prachtige kamers met eigen badkamer, waar we allen een bad in hadden. Verder waren er 2 sauna's, een infrarood sauna en een Finse sauna. Dit was genieten dus! Ook konden we gebruikmaken van een pool- en een voetbaltafel. De kookliefhebbers konden hun hart ophalen in de prachtige grote keuken die perfect was voor het grote aantal mensen. In de grote achtertuin hebben we een volleybalnet neergezet waar ook optimaal gebruik van is gemaakt, en ook de stenen barbecue is goed benut deze week.

De eerste dag hebben we benut om even te wennen aan de nieuwe omgeving en groepssamenstelling dus rustig aan, patatjes bestellen en relaxen.

De volgende dag zijn we begonnen met een gezamenlijk ontbijt en daarna zijn we met zijn allen naar Durbuy gegaan om de boel te verkennen. Hier zijn we opgesplitst in groepjes. Het ene groepje wilde liever op het terras zitten terwijl het andere groepje liever wilde gaan wandelen. Het bleek een prachtig idyllisch dorpje te zijn. De rest van de middag werd er weer van de zon genoten en andere bewoners speelden een potje volleybal. Ook hebben we genoten van de rivier achter het huis waar je lekker in het stromende water kon liggen.

's Avonds hebben we heerlijk gebarbecued en aansluitend een siësta omdat er nog een spannende activiteit later op de avond gepland stond. We zijn in kleine groepjes in het donker in het bos gedropt om een reflectortocht te gaan doen. Dit bracht bij sommige mensen aardig wat opwinding teweeg maar het is een prima avond geworden. 2 mensen hadden van tevoren een tocht door het bos uitgezet door middel van reflectoren op bomen te plakken. Alle bewoners kregen een zaklamp mee en moesten vanaf de eerste reflector de volgende zoeken en daar naartoe lopen, vanaf daar weer

naar de volgende en zo maakten wij een aardige wandeling door het bos. Uiteindelijk kwamen wij weer bij het beginpunt uit en daar werden we opgehaald door de staf.

Woensdag stond in het teken van teambuilding. In de ochtend vertrokken we met zijn allen richting het plaatsje Theux, hier zit een organisatie gespecialiseerd in teambuilding, genaamd Survival Life. De naam zegt al genoeg. De dag begon met een avontuurlijke speur-/wandeltocht door de heuvels van de Ardennen. Het was prachtig weer en onze voeten werden niet gespaard. De tocht leidde onder andere door een maïsveld, we moesten over hekken heen klimmen en onderweg vragen op zien te lossen en aan de hand van die vragen, de juiste richting zien te bepalen. Dit deden we verdeeld in 2 groepjes. Helaas heeft maar 1 groep de eindstreep naar behoren behaald want de andere groep heeft een verkeerde route gelopen en kwam zo weer op de camping uit.

Aan het einde van de tocht moesten we een riviertje oversteken door gezeurd aan een kabel te hangen. Sensatie dus! Voor degenen onder ons met hoogtevrees viel het nog niet mee maar uiteindelijk is iedereen droog en zonder kleerscheuren over de rivier heen gekomen.

Hierna hadden we een korte pauze en de rest van de dag stond in het teken van verschillende hindernisbanen die we als team zo snel mogelijk op moesten lossen. Aan het einde van de dag werden de snelste tijden opgelezen en hierna was de teambuilding dag voorbij. Voor de avond was er een vrij programma dus iedereen kon lekker doen waar hij/zij zin in had. Sommige bewoners speelden een spelletje en anderen keken lekker een filmpje.

Op de donderdagochtend hebben we het plaatsje Marche en Famenne bezocht. Het wandelen ging niet zo snel doordat één van de bewoners de dag ervoor verkeerd van een hekje was gesprongen. Hier werd door de groep gelukkig goed rekening mee gehouden. We hebben op het terras genoten van een kopje koffie en een glaasje fris waarna er boodschappen werden gehaald en toen zijn we weer naar het vakantiehuis gegaan.

Helaas sloeg het weer om deze dag en in de middag heeft het flink geregend. Gelukkig heeft iedereen zich wel vermaakt door lekker een film te kijken of tijd voor zichzelf te nemen. Voor de avond stond er een bonte avond op de planning. Op deze avond was alles mogelijk, van karaoke optredens tot dans optredens en er was zelfs een goochelshow. Het is een zeer geslaagde avond geworden die uiteindelijk gewonnen werd door een bewoner, met het liedje Engelbewaarder. Hij heeft het hele huis aan het zingen gekregen dus dat was erg leuk! Ook de staf was duidelijk aanwezig want zij hebben gewoon gezellig meegedaan, al konden zij geen prijzen winnen.



*Adventure Valley*



*Marche-En-Famenne*

Vrijdag zijn we in de ochtend vertrokken naar Adventure Valley, dit lag vlak bij het vakantiehuis dus we waren er zo. Dit was een survivalpark met tokkelbanen, klimbanen, grotten en springkussens. Ook

hier hebben we een erg leuke dag gehad met dingen die je in het normale leven niet zomaar eventjes doet. Aan het eind van de dag sloten we af met een escape room. Hier moest je vragen oplossen en verschillende klim- en klauterparcoursen volgen om punten te halen. Het was een vermoeiende maar zeer geslaagde dag.

In de avond was iedereen aardig moe en stond er niets op het programma dus de bewoners konden lekker wat voor zichzelf gaan doen. Er is eigenlijk bijna iedere avond een kampvuur gemaakt dus voor de opblijvers onder ons was dit zeer geslaagd en gezellig. Andere bewoners gingen wel vroeg naar bed na de vermoeiende activiteiten van overdag.

Zaterdag stond er in de ochtend niets op het programma behalve gezamenlijk ontbijten en in de middag zijn we naar het bos gereden om daar levend stratego te spelen. Deze dag voegden zich nog 2 graduees aan onze groep toe. Zij konden er doordeweeks helaas niet bij zijn maar zijn toch 2 dagjes gebleven. We werden weer opgedeeld in 2 teams en moesten in het bos een vlag verstoppen, deze vlag moest dan door het andere team gevonden worden. Ieder teamlid kreeg een kaartje waarop zijn/haar rol in het spel stond en welke andere spelers zij konden verslaan. Als je verslagen werd moest je een nieuw kaartje halen en ging je weer verder, tot de kaartjes op waren of de vlag gevonden werd. Na ongeveer 3 uurtjes zat het erop en gingen we weer naar huis.

Gelukkig was het best mooi weer want voor de avond stond er een barbecue op de planning. Er werden een paar bewoners aangewezen voor de voorbereiding en we hebben gezellig en lekker gegeten. 's Avonds hebben we een quiz gedaan. Voor deze quiz hadden we allemaal een vragenlijst ingeleverd bij het vakantieweekcomité en zij hebben aan de hand daarvan een quiz gemaakt.

Zondag stond in het teken van inpakken en zorgen dat we de volgende dag op tijd konden vertrekken. We hadden de hele dag de tijd dus het was vooral een chill dag waarin iedereen lekker kon doen waar hij/zij zin in had. Sommige bewoners wilden graag nog even de deur uit dus zij hebben de auto gepakt en zijn naar het stadje gereden. Andere bewoners bleven liever thuis en hebben lekker rustig aangedaan.

Zondagavond zijn we met zijn allen uit eten geweest bij een wokrestaurant. Ook dit was heel gezellig en lekker eten. Dit was alweer de laatste avond van de vakantie. De volgende ochtend waren de spullen zo ingeladen en rond 9:30 uur zijn we richting huis vertrokken.

Het was voor ons allemaal wel even wennen om weer thuis te zijn maar we hebben ontzettend genoten van de vakantieweek!