

DICHTBIJ

Elk jaar als de lente dichterbij komt, moet ik er weer aan denken:

Narnia, het land waar het altijd winter is, maar nooit Kerst.
Het land dat lijdt onder de wrede ijskoningin. Maar dan wordt er
gefluisterd: Aslan is on the move. En alle dieren weten het: als
Aslan komt, de échte koning, dan kan het nooit winter blijven.
Dan komen de zon, het groene gras, de taartjes en de picknicks.
Dan is er vrijheid en vreugde.

Elke lente leef ik even in dit stukje verhaal. Als in het stadspark de
eerste krokusjes zichtbaar zijn, in onze tuin de gele primula en het
pauze longkruid opduiken, dan proef ik daarin een belofte: God
is onderweg. De lente is de belofte van Gods warmte en liefde. De
lente is het seizoen van de hoop. Straks zal het zomer zijn; en dan
picknicken we, en eten we taartjes en nodigen we mensen uit.

Ik hoop dat jij deze zomer ook kunt vieren als een tijd van warmte
en liefde. Want dat is niet heel gemakkelijk, het lukt mij tenminste
niet altijd. In de lente zie ik er zó naar uit en toch kan ik er in
de zomer zomaar aan voorbij leven. Aan de bloemen, aan de
koesterende warmte, aan het zonlicht, aan de mensen die lekker
buiten zitten. Zomaar ben ik zo druk met alle dingen die moeten
van mezelf, dat ik de zomer niet dichtbij laat komen. Maar dan
laat ik de mensen ook niet echt dichtbij komen, dan leef ik ver van
mezelf en ver van God. Eigenlijk blijf ik op die momenten nog even
achter in de winter.

Dit Sestra magazine is eigenlijk een grote uitnodiging.

Sta eens even stil en laat de zon je wangen kussen.

Zit eens even stil en eet taartjes met je burens.

Lig eens even stil en laat God zijn liefde in je hart fluisteren.

Leef dichtbij deze zomer!

Janneke



inhoudsopgave

Zon op je
gezicht



13 'We kunnen echt niet zonder elkaar'

Ilona woont dicht
bij haar zus



17

GROEN leest



23 Backyard glamping

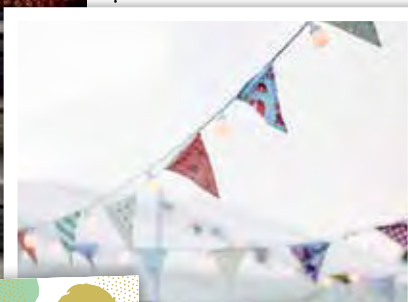
Deze zomer een extra kamer
in je tuin!



30 'Het gaat niet om wat anderen van je vinden, maar om wie je bént'

Beth Moran over
Een tijd om te dansen

34 Gezelligheid
in en om je huis



37
7 dagen
God in het gewone

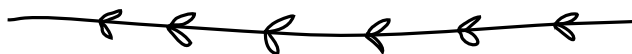
49 Ik ben er bijna ...
Drie vrouwen staan vlak voor een bijzondere gebeurtenis in hun leven.

Hanna emigreert met haar gezin
Annemarie staat voor de laatste operatie
Maria promoveert binnenkort



DEEL
(VAN) JOUW
VERHAAL

SCHRIJF JE BIOGRAFIE
IN 12 STAPPEN!

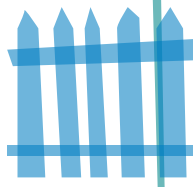


16
45
78
Lekker lezen
Lekker bezig
Lekker puzzelen





buren



59 'De verhalen brengen mij dichterbij de mensen'

Rebekka schrijft over haar burens in 'De Verhalenflat'

62 Bel je burens.

We houden een feest!

72 Het geschenk dat vriendschap heet

'Bedankt voor wat ik in jou ontvang'

82 Praten van hart tot hart

Zo voer je een écht goed gesprek

88 Kleur je zomer

met mode van dichtbij



Receptkaarten

Zelfplukrecepten

94 SESTRA LETTERPRET

Dertig dagen letters en doodles



Columns

- 56 Annemarie Walop
Geniet van vandaag
- 100 Daniëlle Heerens
Coupe Merci
- 131 Erica Duenk
Voldaan





103 'Ik voel me nu snel thuis bij andere mensen'

Jenneke maakt samen met haar man een wereldreis

106 Agenda

Wat gaan we doen deze zomer?

106 Dagje uit

in eigen dorp

108 Perfect picknickrecept

Wereldgerecht met liefs uit Holland



112 Waar ben je?

Doelgericht liefhebben

117 Creatieve portretten

Nina Sprong-Minnaar
Froukje Laan

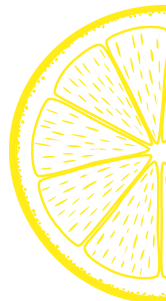
122 Volle glorie

Ware schoonheid is voor iedereen

128

PROEF DE ZOMER

Maak je eigen limonade



**‘Het gaat
niet om wat
anderen van
je vinden,
maar om
wie je bént’**

BETH MORAN OVER EEN TIJD OM TE DANSEN

- EEN EIGENTIJD VERHAAL OVER ECHTE VROUWEN

Boeken die je deze zomer niet mag missen



DE EERSTE SESTRA ROMAN

BETH MORAN

Een tijd om te dansen

Ruth Henderson is weer bij haar ouders gaan wonen, en dat op de leeftijd van 33. Maar met de berg schulden die haar over-

leden partner haar heeft nagelaten en een tienerdochter die in de problemen zit, heeft ze weinig keus. Ruth voelt zich totaal

niet op haar plek in het kleine stadje, waar alle spoken uit haar verleden zich weer laten zien. Haar ouders zijn nogal van haar vervreemd en ze durft haar voormalige jeugdliefde bijna niet onder ogen te komen. Maar dan wordt ze gedwongen om naar een vrouwenavond te gaan, waar ze een stel bijzondere vrouwen ontmoet, ieder met hun eigen verhaal. Voor het eerst maakt ze échte vriendinnen.

€ 22,50

"VOOR-
TREFFELIJKE
BRITSE
FICTIE!"



BESTSELLER NANCY DEMOSS WOLGEMUTH NU OOK IN HET NEDERLANDS!

NANCY DEMOSS WOLGEMUTH

De waarheid maakt vrij

Wolgemuth laat in dit boek zien dat vrouwen niet langer gebonden hoeven te zijn door de leugens die

hen worden ingefluisterd, maar dat ze in de vrijheid van Gods genade en vergeving kunnen leven.

"Altijd weer zullen er nieuwe mogelijkheden zijn om te groeien in geloof, hoop en liefde, maar als we beginnen met God en Zijn woord, kunnen we er zeker van zijn dat we de juiste koers varen. Ons gebed is dat mede door dit boek, je gedachten vernieuwd zullen worden en je geleid zult worden in de waarheid."

-Marieke den Butter en Wilma Samijn

€ 22,50



GEBASEERD OP WAAR- GEBEURDE VERHALEN

JANA KELLEY

Zij aan zij

De jonge Amerikaanse christelijke moeder Mia ontmoet in het islamitische Soedan de Arabische studente Hamilah. Ze trek-

ken een poosje met elkaar op en wat gebeurt er? God verandert hen beiden... voorgoed. Dit boek opent de ogen van lezers voor het leven van moslims in Soedan, maar ook voor de moeiten die christenen ervaren door te moeten leven onder islamitische wetten.

€ 16,99



CARIANNE ROS
& NELLEKE DE WIT

Leef je roeping

5 fases voor een leven vanuit
Gods kracht

Een boek om achter Gods roeping met je leven te komen, belemmeringen te overwinnen en je leven

zó te organiseren dat er daadwerkelijk tijd en ruimte is voor het leven van deze roeping. Een aanrader wanneer je op zoek bent naar je roeping vanuit een basis van rust en balans.

€ 17,99



Feest

Niet iedereen is bedreven in zelf maken. Maar wij werden wel erg blij van deze zelfgemaakte slinger om in de tuin te hangen. Marlies Mekelenkamp van Huize87 ontwierp de hippe macramé vlaggenlijn en knoopt ze voor je!

€ 17,50 etsy.com/nl/shop/Huize87



Funky

Bij de zomer horen tafekleedjes! Pimp je oude tuintafel met dit afneembare exemplaar van Funky Friday. Het lijkt het oude kleedje van je oma, maar dan zoveel praktischer.

€ 35,00 funky-friday.com

DIY stempels

Het is heerlijk om op vakantie af en toe iets met je handen te doen en zo helemaal te ontspannen. Probeer deze zomer eens iets wat je nog nooit eerder deed; zoals stempels maken met deze set van Houtmoed.

€ 19,95 houtmoed.nl



In en om je huis

GEZELLIGHEID



KNIJPEN MAAR!

Huttenbouwen voor volwassenen! Met deze megaknijpers maak je in een handomdraai een zonnescherp van dat vrolijke vintage laken of dat leuke kanten kleedje.

€ 13,50 hipenhot.nl

7 DAGEN GOD IN HET GEWONE



*Wil je meer van God ervaren? Ontdekken wie Hij is?
Je hoeft alleen maar even stil te staan en om je heen
te kijken, ontdekte theoloog Mirjam Kollenstaart.
We dagen je uit haar voorbeeld te volgen en zeven
dagen lang de tijd te nemen voor God in de 'gewone'
dingen om je heen.*

DAG	
II	<i>Pas waren we de sleutel van onze auto – en die van ons huis – kwijt.</i> <i>We zijn allemaal weleens kwijt, maar hopelijk ervaren we ook dat we gevonden zijn.</i>



The background of the page is a soft-focus photograph of festive decorations. It features strings of colorful bunting flags in shades of red, green, and blue, interspersed with warm-toned spherical string lights. The scene is set against a pale, overcast sky, creating a gentle and celebratory atmosphere.

DAG	
7	<i>Ik denk oprecht dat geloven te maken heeft met speelsheid, met uitgelatenheid, met vreugde.</i>

LECTIO DIVINA:

Bijbellezen met je hart

Bijbellezen is voor iedere christen belangrijk. Maar hoe doe je dat op een manier die inspireert en geestelijke groei geeft?

Samen luisteren in de stilte helpt je op weg.

Jos Douma, Anselm Grün e.a.

Lectio Divina met 40 oefeningen

Lectio Divina is een manier van bijbellezen die al door de vroegste monniken werd beoefend en die gepaard gaat met stilte en meditatie. Het doel is om dichterbij het hart van God en zijn Woord te komen. In dit boek wordt lectio divina eenvoudig uitgelegd (4 stappen: lezen, mediteren, bidden, rusten in Gods aanwezigheid) en krijg je als lezer veel voorbeelden die kunnen inspireren om zelf aan de slag te gaan.

SAMEN LUISTEREN *in de* STILTE

Lectio divina met 40 oefeningen

JOS DOUMA
ANSELM GRÜN E.A.

Zie ook www.royaljongbloed.com/lectio-divina.

€ 16,99

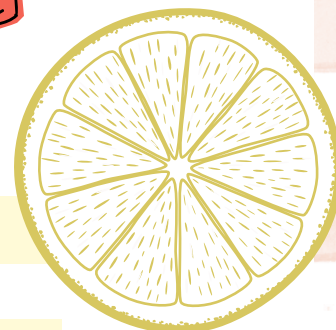


Jos Douma over Lectio Divina

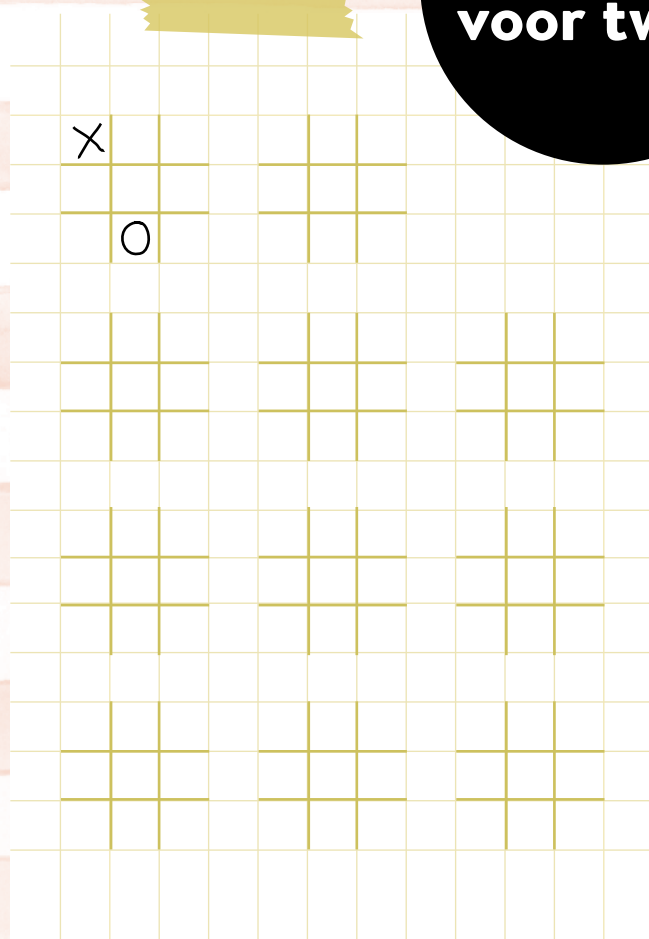
“Al vele jaren ervaar ik de kracht van lectio divina. Deze manier van biddend Bijbellezen helpt me om woorden van God uit de Bijbel dieper door te laten dringen, tot in mijn hart en ziel. Zo ervaar ik ook veel meer Gods liefdevolle aanwezigheid die door de woorden heen naar me toekomt. Het mooist vind ik het om de lectio divina samen met anderen te beoefenen. Samen een tijd stil zijn terwijl we allemaal dezelfde Bijbeltekst tot klinken laten komen in hoofd en hart, en daarna iets met elkaar delen van wat de Geest deed in die tijd van stilte - dat vind ik altijd de mooiste momenten die ik ervaar als het gaat om Bijbellezen. Ik zie het boek ***Samen luisteren in de stilte*** als een prachtig hulpmiddel om veel meer christenen te laten kennismaken met deze krachtige manier van bezig zijn met de Bijbel als Gods Woord voor jou in het hier en nu van je leven.”

Raad het woord!

Wie kent het niet, ouderwets een woord raden door elke beurt een letter te noemen. Zit de genoemde letter niet in het woord dan kleur je een stukje van de schijfjes citroen. Heb je het woord van je spelmaatje geraden voor de citroen helemaal ingekleurd is? Dan heb je gewonnen!



Puzzels voor twee!



Zomerse dilemma's

en je moet kiezen!

Je begint elke dag met het eten van een schijfje citroen

OF

Je mag alleen nog maar ijskoud douchen

Je hebt de hele dag zand in je schoenen

OF

Elk ijsje dat je eet moet je delen met een wildvreemde

Alles wat je drinkt moet je uit een kokosnoot drinken

OF

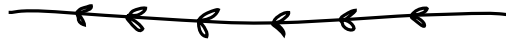
Je loopt de hele zomer in een hawaiirokje

tekst en beeld Tineke de Raat



SESTRA LETTERPRET

Dertig dagen letters en doodles



Onder je eigen handen mooie creaties zien verschijnen is altijd leuk, of het nu sneeuwt, regent of lekker weer is. Maar in de zomer – met een koud glas limonade (zie pagina 128) binnen handbereik en de zon op je gezicht – is het extra genieten en heb je bovendien vaak net iets meer tijd. Kortom: hét moment voor een creatieve challenge!

Letterpret-challenge

De Letterpret-challenge loopt van 1 tot 30 juni. Inspiratie, tips en voorbeelden vind je op het Instagramaccount van [@sestraforyou](#) met de hashtag [#sestraletterpret](#). Deel jouw creaties met deze hashtag, zodat we elkaar kunnen inspireren!

Dag 1 t/m 26 maken we de letters a t/m z.

Dag 27 @, dag 28 &, dag 29 ? en op dag 30 is het ! aan de beurt.

Doe je mee?



Wil je meer tips,
inspiratie en voorbeelden?

Volg dan het Instagramaccount van
Tineke de Raat: @tuttimeloettie



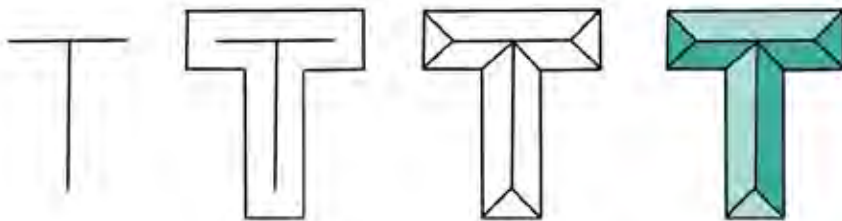
Dag 17 [17 JUNI]

Van de letter q maken we een
bloemetje. Extra uitdaging: teken
op deze manier eens een compleet
bloemenalfabet.

Dag 18

[18 JUNI]

Schrijf de letter R
en eindig met een
krul. Maak dan alle
lijnen dikker en
kleur de letter in.

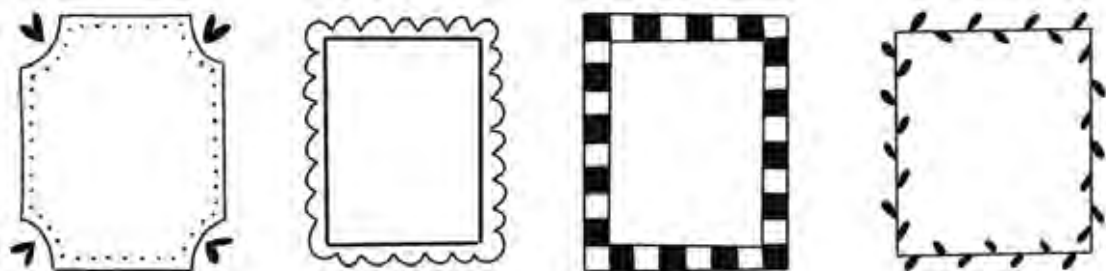


Dag 20 [20 JUNI]

Teken de letter t en
omlijn die zoals op het
voorbeeld. Verbind
vervolgens alle hoeken.
Kleur ten slotte de letter
in.

Extra

Je maakt de letters helemaal af door er een randje omheen te tekenen. Zie het als
een lijstje om een foto. Gebruik de voorbeelden of verzin zelf iets creatiefs.



Proef de zomer MAAK JE EIGEN limonade!

Zelfgemaakt is altijd lekkerder, en gelukkig ontdekken we dat steeds meer. We zien steeds meer hoeveel troep er in voorverpakt drinken zit, en hoe heerlijk ouderwetse (of juist nieuwbedachte) recepten zijn. Deze zomer gaan we zelf limonade maken. Want wat is er lekkerder dan de smaak van fruit dat je zelf hebt gekocht of geplukt?



FOSTER PINES

Ooit dronken we grapefruitwater tijdens een etentje in de tuin bij vrienden. In de loop van de avond was er een dennentakje van de boom waar we onder zaten in de karaf gevallen. We haalden het eruit en dronken het water vervolgens op. De smaak van dennen was duidelijk aanwezig en paste mooi bij de grapefruit. De dennentak hebben we in dit recept vervangen voor rozemarijn. Rozemarijn heeft een vrij krachtige smaak die doet denken aan naaldhout.

Nodig voor

6 glazen:

1 liter water
3 takjes rozemarijn
1 roze grapefruit, in plakjes

Aan de slag

Doe alle ingrediënten in een karaf en zet minstens 1 uur in de koelkast, zodat het water goed koud wordt en de smaken op elkaar in kunnen werken.

DIT SMAAKWATER SCHONKEN WE OOI OP EEN FEESTJE WAAR WE GEGRILDE WITTE ASPERGES SERVEERDEN. DAT BLEEK EEN PERFECTE COMBINATIE! OOK LEKKER BIJ KLASSIEKE ASPERGEGERECHTEN MET HAM EN EI.



VOILDAAN

*'Zomaar,
omdat het
zo'n stralende
zomerdag in
juli was'*

Erica Duenk schreef ook *Bijzonder eenvoudig*, een boekje met tweeënvijftig verhalen om jou te inspireren.

Bijzonder eenvoudig

Erica Duenk, Sestra
ISBN 9789492831125
128 pagina's, € 13,50

Mijn man en ik zaten bij een strandtentje te genieten van de zon, de zee en een heerlijke lunch. Schuin tegenover ons zaten een oudere man en vrouw. We hoorden hen spreken over de goede oude tijd, toen men nog oog had voor elkaar en de wereld zo veel veiliger leek. Een onbedwingbaar verlangen kwam in me op en ik deelde het met Henk. 'Zullen we de rekening van deze mensen betalen zonder dat zij weten dat wij dat hebben gedaan?' Henk vond het een goed idee.

Ik liep naar binnen. Aan de serveerster vroeg ik of ik de rekening mocht betalen van deze man en vrouw op het terras. Ik legde haar uit dat we het zo leuk zouden vinden dat zij, wanneer deze twee oudere mensen om de rekening zouden vragen, hun zou meedelen dat die reeds was voldaan. Zomaar, omdat het zo'n stralende zomerdag in juli was.

Nadat ik had betaald nam ik mijn plaats naast Henk weer in. Een goed

gesprek konden we van opwinding haast niet meer voeren. Hoe zou hun reactie zijn?

Op een gegeven moment ging de hand van de dame omhoog. Ze keek naar de serveerster en riep: 'Juf-frouw?' Ik zal het gezicht van deze statige oudere dame nooit vergeten toen ze van de serveerster te horen kreeg dat de rekening al betaald was door iemand die niet bekend wenste te worden. Ze was totaal verbouwe-reerd en sprak haar ongeloof uit naar de man naast haar. Tegen de serveerster zei ze: 'Dit moet een misverstand zijn, ik zal u alsnog betalen, wat zijn de kosten?' De serveerster hield echter voet bij stuk en verzekerde hun ervan dat hun lunch echt betaald was. Uiteindelijk pakte de vrouw haar wandelstok en liep hoofdschuddend achter de man aan. Ze mompelde voor zich uit dat ze het nog steeds niet kon geloven, en dat in deze tijd. En wij, wij gniffelden achter onze kopjes.