

Het warme en zachte dingen e-boek



Door Mila

Voor iedereen!

Waarom is dit voor iedereen? Welk doel?

Als Minister van Zachte Zaken weet ik hoe belangrijk het is dat dit Warme en Fijne Dingen e-boek er komt. In een wereld waar soms zoveel ellende en drukte is, hebben we allemaal behoefte aan momenten van rust en zachtheid. Dit e-boek is als een warme deken voor ons hart, vol verhalen en herinneringen die ons even laten wegdromen.

Met mijn eigen levensverhaal wil ik jullie laten zien hoe kleine dingen—een veilig plekje, een lekker hapje, of een zacht plekje om te slapen—veel vreugde kunnen brengen. Dit boek wordt gevuld met fijne ideeën, zoals knusse hoekjes en lieve momenten, speciaal voor mensen en dieren die ook wat warmte zoeken in hun dag. Of je nu groot of klein bent, soms is het gewoon fijn om iets zachts en vriendelijks te hebben dat je helpt om door de dag te komen.

Dus open dit e-boek en voel de warmte. Samen brengen we weer een beetje zachtheid terug in de wereld – één purr op een tijd.

# ***Inhoudsopgave***

- 1 Wie ben ik
- 2 Familie
- 3 huispoes
- 4 mienister van zachte zaake
- 5 koffertjes

*Januari: kaars*

*Februari: soorten vlees*

*Maart: nieuwe taak*

*April: vacht*

*Mei: samen zijn*

*Juni: speurtocht*

*Juli: limonade*

*Augustus: kammen*

*September: zomer snack*

*Oktober: waar nog meer*

*November: oefenen*

*December: masseren*

18 Einde



## 1. wie ben ik



Mijn naam is Mila, en mijn geboortedatum is geschat op 13 juni 2012.  
Dit is niet zeker, omdat ik gevonden ben in het bos.

Mijn verhaal begint in de zomer van 2012.

Het is halverwege augustus en de lucht ruikt fris, zoals na een regenbui. De zon schijnt zachtjes door de bladeren heen.

Ik ben helemaal alleen. Het enige wat ik zie, zijn de bladeren onder mijn pootjes en de hoge bomen die boven mijn kopje ruisen. Ze wiegen zachtjes heen en weer in de wind, waardoor kleine zonnestraaltjes op mijn vacht dansen. Een warm straaltje raakt mijn neusje, en ik snuif de geur op. Misschien ruik ik waar mijn mama is. Ik mis haar zo. Ik wil tegen haar zachte buik aanliggen, haar geur opsnuiven, en melk drinken. Maar ze is weg. Ik roep haar: "Miew, miew!" Mijn stemmetje klinkt klein in het grote bos. Misschien hoort ze mij en komt ze, want ik weet niet waar ik ben.

De zonnestraal op mijn neusje wordt kouder. De schaduwen van de bomen worden langer en de bladeren ritselen zachtjes boven me. Hoe lang ben ik hier al? Mist mama mij net zo erg als ik haar? Mijn buikje gromt van de honger. Zo hard als ik kan, roep ik weer: "Miew, miew." Weer geen antwoord. Wat is dat? Mijn oortjes spitsen zich. Er komen grote benen naar me toe, ze maken geluid in het knisperende gras. Ik blijf even stilzitten, mijn hartje bonst. Misschien heeft deze mens mijn mama bij zich. "Miew, miew," roep ik naar de benen.

Dan voel ik ineens warme handen die me optillen. De geur is vreemd, niet zoals mijn mama, maar toch op een andere manier vertrouwd.

Ik voel me veilig in haar armen. De warmte van haar huid tegen mijn koude vacht maakt me slaperig. Misschien heeft ze iets te eten... Ik heb zoveel honger, maar mijn ogen vallen dicht, en ik dommel in.

Als ik wakker word, ruik ik iets heerlijk. Mijn neusje trilt. Het is de geur van vlees, zacht en sappig. Ik knipper met mijn oogjes en zie een bakje voor me staan. Even denk ik dat ik droom, maar als ik mijn pootjes beweeg, voel ik de koude vloer onder me. Ik ben echt wakker. Ik strompel naar het bakje toe en val aan op het eten. Het vlees is zo zacht dat het bijna vanzelf verdwijnt in mijn mondje. Terwijl ik eet, begint mijn motortje te spinnen. De smaak is zo heerlijk, en mijn buikje voelt eindelijk vol. Het bakje is leeg voordat ik het weet. Na het eten zit ik zo vol dat ik te moe ben om mijn snoet te poetsen. Ik val in een diepe slaap, dit keer op een warme, zachte plek.





## 2 Familie

Toen ik bij mijn vrouw thuis kwam, was ik niet alleen met haar. Er kwam een grote blonde woef op me af die mij meteen deed begroeten met likjes op mijn kop. Ik leerde al heel snel dat hij mijn honden broer Toby was. Eerst vond ik het best eng want hij was echt heel veel groter dan dat ik was en hij was ook ouder. Ik was net acht weekjes jong toen ik bij mijn vrouw kwam.

Maar ik wist meteen dat ik Toby al aardig vond want hij deed heel voorzichtig en lief tegen me. Zo mocht ik tegen zijn warme vacht aanliggen als ik het koud had of als ik niet alleen wilde zijn. Daar voelde ik een zekere veiligheid net zo eentje als die ik bij mijn mama had. Niemand wist wie mijn mama was of waar ze was. Mijn vrouw had overal rond gevraagd maar niemand wist het. Ik zelf ook niet. Dus of ik dan van mezelf broertjes of zusjes had wist ik niet maar ik vond al heel snel dat Toby mijn grotere broer was. Zo voelde het meteen.

En toen ontmoette ik mijn andere broer, Bram. Hij leek veel op mij; hij had dezelfde strepen en dezelfde mooie vacht. Alleen was hij een kater en geen poes, zoals ik. En hij had maar één oog. Op dat moment was hij nog jong, ongeveer twee jaar oud. Toen ik hem voor het eerst zag, dacht ik dat hij misschien mijn papa was. Ik wilde naar hem toe rennen, vol verwachting om hem te begroeten. Maar hij deed iets wat ik niet had verwacht. Hij blies naar me, zijn ene oog half dichtgeknepen, en draaide zich om om van me weg te lopen. Ik begreep er niets van. Waarom wilde hij niet met me spelen? Was ik niet lief genoeg? Mijn kleine hartje voelde zich even verloren.

Ik schrok ervan en wist even niet meer wat ik moest doen. Herkende hij me niet, of was hij boos? Meteen vroeg ik me af of mijn mama hier misschien ook was, en of ik misschien broertjes en zusjes had. Ik mieuwde heel hard in de hoop zijn aandacht te trekken, maar Bram keek niet om en rende naar boven. Toby stond inmiddels naast me. Hij begon me meteen te wassen en troosten, alsof hij precies wist hoe verward en eenzaam ik me voelde. Er gingen dagen voorbij zonder dat Bram naar naar me keek of mij in zijn buurt wilde hebben. Telkens als ik een poging deed, blies hij naar me en rende hij weer weg. Hierdoor voelde ik me nog steeds eenzaam want ik wilde heel graag bij hem zijn. Ik voelde gek genoeg toch iets vertrouwds in hem.

Op een dag had ik op de zolder een dekentje gevonden waar ik op mocht liggen. Het was een dikke deken die heel zacht voelde. De deken was ook warm en ik voelde me helemaal veilig en warm. Toen deed ik mijn ogen open en kon ik haast niet geloven wat ik zag. De warmte die ik voelde kwam van Bram af. Hij lag tegen me aan te slapen. Op dit moment durfde ik me niet te bewegen omdat ik niet wilde dat Bram wakker werd en blazend weg zou rennen zoals hij dat eerder deed. Maar hij werd wel wakker, tilde zijn kop op en keek me met zijn ene oog slaperig aan. Hij gaapte een keer, deed zijn oog weer dicht en legde zijn kop op mijn lijf. Mijn motortje begon heel hard te spinnen omdat ik nu voelde dat het goed zat tussen ons. Hij rende niet blazend weg en dat maakte dat ik ook mijn ogen weer dicht deed en verder ging slapen. Veilig en warm tegen Bram aan.





### 3. Huispoes

Hoe jong ik ook was in mijn leven leerde ik dat ik nu een thuis had gevonden anders dan bij mijn mama of de bossen. Ik had twee oudere broers, mijn vrouw, oma en mijn manspersoon om me heen. En nu ben ik al twaalf jaar hier en ook twaalf van mijn jaren in leef-tijd. Dat is best een lange tijd en als poezendame heb ik heel veel meer geleerd.

Elke ochtend, zodra het zonlicht door het raam piept, kruip ik van mijn dekentje af en rek ik me helemaal uit. Tijd voor ontbijt! Ik loop direct naar de keuken, want ik weet dat daar mijn vrouw klaarstaat met iets lekkers voor mij en Bram. Samen met hem krijg ik een bakje gevuld met mousse of zacht vlees, precies zoals ik het lekker vind. Die brokjes staan er altijd al, maar een vers bakje... dát maakt de ochtend pas echt speciaal. Terwijl ik mijn neus in het bakje duw, hoor ik Bram zachtjes smakken naast me. Alles voelt gewoon en als thuis.

Als mijn buikje gevuld is, ben ik helemaal klaar voor mijn ochtendtaken want als je samenwoont heb jij ook taken. Eerst een rondje door het huis om alles te controleren. Ik spring op de vensterbank om te zien of er misschien een blaadje langs waait buiten of een vogel in de buurt zit – je weet nooit wat de dag brengt.

Daarna voel ik de energie door mijn lijf stromen en is het tijd voor mijn vangkunsten. Want zeg nou zelf, wat ben je als poes zonder een beetje oefening? Van alles wordt een prooi: een verdwaalde prop papier, een blaadje dat ik vind, of zelfs Bram zijn staart als die heen en weer zwiept voor mijn neus. Bram vindt het niet altijd leuk als ik dat doe en mijn vrouw lacht als ik mijn jachttechnieken laat zien, en soms werpt ze een speeltje speciaal voor mij. En ik vang ze allemaal, hoor! Van muisjes tot veren alles kan in vangen.

Later op de dag is het tijd om te knuffelen. Dat kan ik natuurlijk ook goed, en ik weet precies hoe ik op mijn vrouw haar schoot moet springen zodat ze niet anders kan dan haar armen om me heen slaan en me kriebelen. Mijn spinnend motortje gaat meteen aan, en zij zegt altijd dat ik haar "kleine warme knuffel" ben. Maar mijn favoriete moment komt als mijn vrouw de kleine catnipzakjes gaat maken. Samen met haar kies ik de beste stukjes stof en help ik waar ik kan (meestal door er met mijn poot op te slaan of door het touwtje in de gaten te houden). Zodra ze gevuld zijn met de geurige catnip, kan ik het niet laten om er alvast eentje even te pakken. Bertje noemde het 'wiewen' wanneer je slap werd van de catnip. Want dat kan catnip doen, je helemaal slap maken. Zo hebben we ons eigen geheime klusje, en als ik moe word, wacht mijn dekentje weer op mij.

Zo draait mijn dag in een heerlijke routine van eten, jagen, helpen, en knuffelen.

Dit was heel lang mijn routine en ik genoot er elke dag van. En elke dag leerde ik ook weer meer bij. Het allermooiste cadeau dat ik ooit in mijn hele leven heb gehad is dat ik deze thuis had gekregen. Ik had warmte, liefde, eten en drinken, knuffels, familie en een hele slimme katerbroer die best technisch was. Bram had computertijd en ik wist eerst niet eens wat een computer was. Hij vertelde me dat je daarmee online kon gaan en dat daar een andere wereld was. De digitale wereld. Ik had er zelf nog nooit van gehoord maar Bram natuurlijk wel. Stap voor stap liet hij me zien wat een computer deed en hoe je online kon gaan naar die nieuwe wereld. En hier, hier begint mijn avontuur samen met Bram. Mijn slimme kater broer!



## 4. Mienister van zachte zaake

Bram achter de computer. Hij zette dat ding aan en liet mij zien wat er allemaal was. Je kon er spelletjes op doen, dingetjes op maken in een programma en je kon dus de digitale wereld in. Online zijn heet dat. De wereld zelf heet het internet en de pagina's heten een website. Waarom dat zo is weet ik niet. Bram heeft Facebook online. Dat is een website waar je een profiel van jezelf op kunt zetten om zo digitaal vrienden te kunnen maken. Ik zag daar dat Bram al best veel vrienden had. Er waren allemaal andere poesen en katers die op het internet zaten. Ik zag foto's voorbij komen met allemaal lieve woordjes wat ze hadden gemaakt.

Eén van deze vrienden had zelfs een eigen website. Het was de hele slimme huiskater Bert! Op zijn website vond ik allemaal avonturen en verhalen van andere katers en poesen die hun leven deelde. Ze vertelde hoe de buitenwereld was en wat ze binnen allemaal deden. En werkelijk was het zoveel en zoveel moois dat ik niet kon ophouden met lezen. Ik zag allemaal mooie katers en poezen voorbij komen op Bertje's pagina. En toen zag ik het, mijn eigen broer Bram! Hij maakte woordjes op Bertje's website. Hij vertelde dat hij online 'mienister van gevoelige saake' was geworden omdat er heel veel poezen en katers steun hadden aan zijn zachte gevoelige woordjes. En dat klopt ook zo. Bram was zo.

Ik wilde dit ook! Ik wilde ook een Facebook met vrienden en zo gebeurde het ook. Ik maakte met behulp van Bram een profiel aan en de verzoekjes stroomde binnen. Lieve katers en poezen die allemaal mijn vrienden wilde zijn. Ik kreeg thuis net als Bram computertijd. Een uurtje, soms twee per dag om even online met mijn vrienden te kletsen. Er was één vriend verzoek waarvan mijn hartje heel snel ging kloppen. Het was van kater Jimmy. Zijn vrouw heet Emmy. Kater Jimmy was een prachtige rood witte katermans met een hele lieve snoet. Kon dat? Je hartje sneller laten kloppen via een website en een foto?



Het gebeurde zo. Jimmy en ik raakte aan de praat en voordat ik het wist was ik verliefd op deze jongen. We kregen zelfs verkering want dat kon gewoon. Ik mauwde het naar mijn vrouw elke dag weer en elke dag kwam er een berichtje voor mij van deze jongen. Tot op een dag dat het niet zo was. Ik snapte het niet en ik wilde weten waar Jimmy was. Ik kreeg een berichtje van mevrouw Jimmy, Emmy, dat Jimmy zijn koffertje had gepakt naar regenboogland om een ster te zijn. Zijn lijfje was op. Eerlijk waar, ik was er kapot van. Ik wilde niet meer op het internet, ik wilde niet meer eten, ik wilde geen knuffels meer. Ik wilde alleen nog maar bij Jimmy zijn. Mijn mooie katermans die nu een ster geworden was.

Een van mijn vrienden op Facebook had gezien hoeveel verdriet ik had van Jimmy en ze wilde graag met me praten. Het was Loes huispoes. Ze was de verkering van Bertje en ze was de meest zachtste poes ooit die ik had meegemaakt.

Ze vertelde me allemaal lieve zachte en wijze woordjes. Ik voelde een hele sterke mama gevoel bij haar en zij voelde dat ik haar kitten was. Zo ontstond mijn mamavoelens waar ik altijd bij terecht kon met al mijn verhalen. Zij was mijn mama maar ook de mama van alle sterren en van iedereen. Zij was alles! Langzamerhand voelde ik me steeds beter nadat mijn Jimmy een ster werd.

Het kwam en ging en ik leerde omgaan met liefde en verdriet en dat emoties heel gewoon zijn. Bram wist dit nog beter dan ik en vanaf die dag wist ik het ook zeker. Ik wilde zacht zijn voor iedereen die het nodig had. Een zacht woordje of een zacht gevoel dat je meteen in je hartje merkt. Zacht omdat dat zoveel beter is. Zacht omdat zacht liefde is en liefde omdat dat alles is. Bram hield van alles en van iedereen en samen voel je dat samen één bent, gebonden door liefde.

Ik keek heel vaak op Facebook en op Bertje's pagina naar alle mooie katers en poezen die hun verhaal deelde. Daar leerde ik zo enorm veel van dat het mijn leven zo rijk heeft gemaakt. Die ene a twee uur computertijd had mijn leven voorgoed veranderd. En dat brengt me tot hier waar ik nu ben. Het jaar is 2024 en dit jaar begon zoals alle jaren met allemaal lieve wensen en gedachtes. Ik had een nieuwe katermans gevonden. Een zwart witte jongen met de naam Kever. Hij is mijn verkering en ook een beetje van Bram want hij was Bram's beste vriendverkering.

Zo noemde hij dat. Ik ben inmiddels heel goed met de computer en woordjes maken dat Bertje weleens vroeg van, zou jij ook woordjes willen maken als Bram niet kan. En dat deed ik! Het was spannend maar ook heel erg leuk. Zo kreeg ik nog meer zachte en lieve dingen om me heen.

De buitenwereld was anders. Daar hoorde ik heel vaak minder zachte dingen. Dat er oorlog was en dat er daardoor veel mensen en dieren een ster werden, zomaar. Dat is verschrikkelijk. En ook dat mensen minder lief doen naar elkaar. Dat alles vol spanning zit. Soms merkte ik het aan mezelf ook dat ik wat minder zacht was en dat wilde ik niet. Ik wil zacht blijven net als mijn broer Bram.

Ik opende mijn internet en schrok van wat ik zag. Mijn mamavoelens, Loesje, had haar koffertje gepakt. Ze was een ster geworden en vlak daarvoor was haar katerbroer Oopa een ster geworden. Dat was de meest verdrietige start van dit jaar ooit! Ik was haar kwijt, Oopa was een ster, Jimmy was ook al een ster. Ik vond het allemaal heel moeilijk. Maar dan gaan we even terug naar de liefde. Liefde is ook loslaten. Als je lichaam of je lijfje hier op is, dan is het fijn dat de regenboogbrug open is en dat je kunt gaan naar een wereld waar geen pijn is. Dat leerde ik van Bram want hij was tenslotte 'mienister van gevoelige saake'. Dat verzachte de pijn een beetje maar haalde het niet weg.

Toen kwam de maand Maart. In regenboogland hadden ze heel veel sterren nodig om liefde naar de aarde te stralen want in Maart pakte Bram, mijn broer Bram zijn koffertje. Hij was 15 van zijn leef-tijd hier op aarde. Het was zo ineens dat hij ging dat ik me verloren voelde.

Eerst dachten we thuis dat hij gewoon een beetje gek deed maar toen ze bij de witte jas waren, zagen de witte jassen al meteen dat Bram een koffertje bij had. Ik merkte het pas een dag later dat Bram heen was gegaan. Wat heb ik gemauwd. Zijn lichaam was op van ziek zijn zonder dat we wisten dat hij ziek was. Ik heb elke dag gemauwd naar hem want ik miste mijn grote broer heel erg. Ik mis hem nu nog steeds hoor maar het verdriet is er niet meer. Ik weet dat ze in regenboogland iemand speciaal zochten. Ze zochten een 'mienister van gevoelige zaake' en dat is Bram.

Nou woont Bram al een tijdje in regenboogland en hij doet heel zijn werk. Hij zorgt ervoor dat iedereen daar ook bij hem terecht kunnen. Dat is toch zo iets heel moois. Er zijn in dit jaar best veel vriendjes van ons een ster geworden en er was best veel verdriet. Soms is het maar goed dat er een regenboogland is voor als iemands lijfje of leef-tijd op is. In regeboogland ben je weer gezond van jezelf.

Nu is het zo dat er meer 'mienisters' zijn in het 'katbinet'. Zo heb je bijvoorbeeld 'mienister van muis-controle', 'mienister van snek testen' en nog veel meer. Ik wilde ook graag een 'mienister' zijn en ook iets met gevoel. Bram had al 'mienister van gevoelige saake' en dat kon ik dus niet zijn.

Toen kwam ik op een idee en dat was eigenlijk doordat iedereen zo lief en zo zacht op mijn woordjes deden reageren bij de blog van Bertje. Ik vond dat ik best een 'mienister' kon zijn. Een 'mienister van zachte zaake'. En dat vond iedereen ook wel zo en zo werd ik 'mienister van zachte zaake'. Als 'mienister van zachte zaake' ben je altijd zacht en lief en straalt je hartje altijd liefde. Zo voelt het voor mij. Dus eigenlijk kan iedereen wel een 'mienister van zachte zaake' zijn.







## 5.Koffertjes

In Augustus van dit jaar kwam er een berichtje van mevrouw Bert. Met Bertje's lichaam ging het niet zo goed en Bertje had een koffertje bij. Het was een heel moeilijk iets omdat alle liefde ook uit Bertje bestond en nog steeds bestaan en nou had hij zijn koffertje bij. Bertje zelf vertelde op de blog dat zijn 'levens-energie' op was en dat het oké was dat hij naar regenboogland ging. Eerst geloofde ik het niet dat Bertje een ster was geworden. Hoe kan dat nou? Dacht ik nog. Bertje een ster? Nee, Bertje heeft toch veel langer en meer levens-energie? Maar nee, het was zijn tijd om door te gaan naar regenboogland. Er viel een stilte. Een leegte die gevuld werd met de tranen van iedereen die van Bertje hield.

Je zag het overal maar vooral op Bertje's pagina [www.saame.nl](http://www.saame.nl)

Naast Bertje en Bram zijn er best veel sterren aan de hemel komen staan. Er was veel verdriet maar ook iets anders, liefde. Warme liefde voor iedereen die het nodig had. Ik zag hoe er allemaal lieve woordjes naar elkaar toe gingen en de ander beter deed voelen. En dat wilde ik nog meer. Ik wil dat fijne warme gevoel terug geven aan iedereen die het nu ook nog zoekt en nodig heeft.

Dus ik ging achter de computer zitten en mailden met mevrouw Bert. Hier is het resultaat van al het mailen en bedenken wat er allemaal in moet komen te staan.

Fijn leesplezier!



## Januari

**Briefje:** Soms kan het helpen om woordjes te maken net zoals ik het fijn vind bij de blog. Je kunt dan even je gevoel kwijt en dat kan helpen. Dit is iets wat mijn vrouw doet dus dit idee is van haar. Pak een pen en papier en schrijf lieve woordjes op voor je vriendje. Het kan zijn dat het een stervriendje is maar het kan ook zijn dat je een nieuw huisgenootje hebt. Er is geen goed of fout maar vooral liefde. Hier is een voorbeeld van mijn vrouw: 'Lieve Bram, ik stuur je zachte kriebels in regenboogland, ze zijn van je vrouw'. Of 'Welkom lieve ..., laten we samen iets fijns hebben, zachte kriebel van ...'. Je kunt het ergens bewaren of voorlezen of daarna weg doen. Het is aan jou en hoe het op dat moment voor jou voelt.

**Kaars:** Dit is iets wat wij thuis altijd doen, een kaarsje branden. Het is gezellig, warm, liefdevol en magisch. Nu is het zo dat ik zelf niet met vuur om mag gaan dus mijn vrouw doet een kaarsje aan als we samen zijn of we doen kaarsjes van elektriek. Dit is een nep kaars op batterij. Die heeft geen echt vuur en wordt ook niet warm maar brand net als een echte kaars. Dat vind ik zelf het mooiste want deze kan de hele tijd branden en gaat niet op. Als de batterij leeg is doe je er een nieuwe in en hij doet het weer. Heel handig. Maar voor de gene die wel een echte kaars willen, doe je voorzichtig met vuur? Het kan heel mooi zijn maar ook gevaarlijk.

**Vaste plek:** Als je een sterretje thuis hebt is het denk ik heel mooi om een speciaal plekje voor je sterretje te hebben. Bram heeft er twee. Eentje bij mijn manspersoon op de game-kamer en eentje bij mijn vrouw. Daar is een mooie foto met een potje vol sterrenstof. Het kan ook zijn dat je dit niet wilt en alles is prima. Het gaat erom wat jij wilt. Kan zijn dat je heel veel foto's wilt en een speciaal dekentje erbij of een speeltje. Alles mag en kan.

Voor je nieuw vriendje is het misschien heel erg leuk en gezellig om samen een nieuwe plek te zoeken in huis wat speciaal alleen voor je nieuw vriendje is. Waar hij of zij kan dutten, buiten kan kijken misschien, even terug trekken of juist lekker kan spelen en kan wiewen. Kijk goed naar elkaar en luister in wat de ander wil. Het is leuk om het gezellig te maken met dekentjes of dozen, of misschien juist geen dozen maar een kussen of een mandje. Dit kan ook voor een buitenhuisje maar dan is het slim om te kijken naar warme dekens voor als het koud wordt. Je kunt een klein hoekje apart houden voor de snacks of andere lekkernijtjes zodat je deze kunt eten wanneer je wel zin hebt. Er is zoveel mogelijk dat ik eigenlijk alleen kan zeggen, ga samen op ontdekking!



## Februari

**Soorten vlees:** De supermarkten en dierenspecialzaken hebben echt heel veel soorten vlees. Zoals je leest was Bram een echte lekkerbek. Hij wilde alles proberen. Het is heel gezellig om verschillende vleessoorten te hebben en van elk een heel klein beetje op een bordje te doen. Zo heb je bij elke lik of hap een nieuwe en andere smaak. Of dat je elke ochtend een ander ontbijt je hebt. Zo kun je samen eindeloos variëren in smaak en vlees. Je kunt kiezen tussen mousse, dat is heel zacht en glad voor de wat makkelijkere hap en ideaal voor hen onder ons die weinig of geen tanden meer hebben, stukjes vlees, paté of soep. Zelfs daarin heb je zoveel verschillende smaken en texturen. Er zijn soepjes met spikkeltjes en stukjes vlees maar er zijn ook soepjes wat alleen vloeibaar is zonder stukjes. Zo is paté iets dikker dan de mousse maar even makkelijk om naar binnen te werken.

**Bakje:** Misschien vind je je soepje het fijnst om uit een blauw bakje te likken of juist op een bordje. Probeer hierin iets nieuws het kan leuk zijn en uitdagend om bijvoorbeeld een stukje vlees op een plat bordje te hebben. Dan moet je extra je best doen om het te pakken te krijgen. Of je hakt het vlees niet helemaal kort zoals op de foto. Bram moest even zijn best doen om er stukjes vanaf te krijgen. De paté was best dicht op elkaar en dan moet je iets harder werken wat dan fijn is als het je lukt en je hebt zo'n welverdiend stukje in je bek.



## Maart

**Vogelvoer:** Het is heel gezellig als je een vogelhuisje hebt of je hebt een schaalpje waar je vogelvoer in kan doen. Dit zijn zaadjes speciaal voor de buiten vogels. Ik weet zeker dat de vogels het super lekker vinden. Zeker wanneer het kouder is buiten want dan kunnen ze niet zo makkelijk aan eten komen en dan zijn de zaadjes van harte welkom. Voor het echte koude weer kun je ook vetbollen maken of kopen in de winkel. Dit geeft net wat extra voeding in het koude weer. Er zijn genoeg ideeën. Ze houden van zaadjes, zonnebloempitten, fruit, noten en meelwormpjes.

**Nieuw taak:** Misschien is er bij jou in huis nog een taakje over dat je graag zou willen doen. Je kunt bijvoorbeeld 'Mienister van vogelvoer' worden. Dat houdt in dat je zaadjes in de tuin legt of op het balkon en in de gaten houdt welke vogels er allemaal op af komen.

Zo weet je hoeveel zaadjes je nodig hebt en in de winter weet je hoeveel vetbollen je nodig hebt. Je leert wie er allemaal langskomen voor een snack en een tetter. Van groot tot klein zullen ze jouw lekkernijtjes proberen. Er zijn ook speciale huisjes voor op het raam zodat onze binnen vriendjes ook kunnen genieten van de vogeltjes die langskomen.

**Buitenhuis/binnenhuis:** Het weer is raar en doet wat hij wil dus het is misschien handig om een extra huisje te hebben mocht het ineens gaan onweren of regenen.

En je zult misschien denken, maar binnen regent het toch niet? Nee, dat klopt. Binnen kun je een extra huisje maken voor de gezelligheid! Het kan gebeuren dat je op controle bent in de tuin en ineens komen er grote harde druppels uit de lucht vallen en dan wil je zo vlug mogelijk naar binnen maar wat nou als de deur gesloten is? Kruip gauw in je huisje en wacht tot je mens de deur openmaakt. Ik weet zeker dat het niet zo lang duurt als het regent. En voor binnen is het super gezellig om samen een nieuw huisje te maken van dekens en dozen waar je samen kunt knuffelen of dutten. Ik adviseer dan ook om wat lekkers in huis te hebben zoals een liquidsnack (likwit snek).

**Wiew:** Het kan zijn dat de wolken heel boos zijn en dat ze herrie gaan maken. Dit heet onweer. Er komen hele felle flitsen in de wolken en daarna hoor je ineens een kei harde knal. Je schrikt je vast een ongeluk. Ik wel. Zelf vind ik onweer eng. Ik vind de harde knallen maar niks en daar heb ik iets voor namelijk wiew. Dat is catnip oftewel kattenkruid. Sommige gebruiken valeriana maar ik heb de gewone wiew. Zo noemde Bertje dat, wiew. Dat is wanneer je lekker high wordt van het kattenkruid. Je wordt er ontspannen van en je kop maakt geen stress meer voor even. Het is ideaal voor op dagen wanneer er veel onweer is en je bang bent.

**Vacht:** Heb je een vriendje met veel vacht en kriebels? Dan is het misschien tijd voor een kambeurt. En weet je wie hier heel erg blij van wordt? De vogels buiten. Het is April en de vogeltjes hebben netjes of zijn nestjes aan het bouwen. De vacht van een hondenvriend of kattenvriend is lekker warm voor ze. En zeker als er baby'tjes gaan komen. Dus ga samen de borstel of de kam pakken en borstel je vacht even. Dan ben jij van de kriebels af en je helpt de vogeltjes. Het is beste voor de vogeltjes is wanneer je de plukjes vacht in een struik hangt. Dan kunnen zij dit makkelijk pakken. Het gaat heel snel dus wil je de vogeltjes zien dan moet je goed opletten.

**Muizen:** Het is super leuk om een muizentest of speurtocht te houden. Wat heb je nodig? Je speelmuisjes en ruimte. Dit kan binnen en buiten. Bram was van alle liefdes dus hij pakte nooit geen echte muis. Als je je muisjes hebt, laat je mens deze verstoppen zodat jij je kunt zoeken. Maak het spannend door er bijvoorbeeld kattenkruid op te doen. Ik durf te wedden dat je ze dan allemaal kunt vinden! Het is ook gezellig om samen in de woonkamer te zijn met wat nieuwe speelmuisjes. Je gaat dan leren welke je het leukste vindt of waar het beste in kunt bijten en misschien heb je meteen al een nieuwe favoriet. Het kan ook zo zijn dat je de oude beste muis je favoriet blijft net zoals bij Bram dat de Whiskas muis is.



## Mei

**Samen zijn:** Knuffelen kan op heel veel verschillende manieren. Je kunt elkaar vast pakken en dan kop tegen kop wrijven maar het kan ook zijn dat je gewoon alleen naast elkaar zit en elkaar aankijkt. Sommige van ons vinden aanraken niet zo fijn dus dan zijn er digitale kopjes en knuffels. Dat wil zeggen, kijk elkaar aan en verstuur het in je dachten naar de ander. Het is heel simpel en iedereen kan het oefenen. Dan ben je toch samen en je knuffelt.

Zoek een fijne plek uit, dit kan buiten op de stoel zijn of gewoon binnen het maakt niet uit. Ik was buiten in de tuin met mijn vrouw. Het zonnetje was er en alles was zacht. Dan zijn de knuffels het fijnst.

Als je je plekje hebt gevonden neem dan echt de tijd om samen even te kriebelen of gewoon bij elkaar te zijn. Je kan ook gewoon samen op een mat liggen en naar elkaar kijken. Het kan ook op afstand, dat jij buiten bent en zij binnen. Als je aan elkaar denkt dan maak je al een knuffel. Fijn is dat! Dan voel je meteen de liefde in je hart. Oefen maar eens wat jullie hier fijn in vinden. Het komt goed!



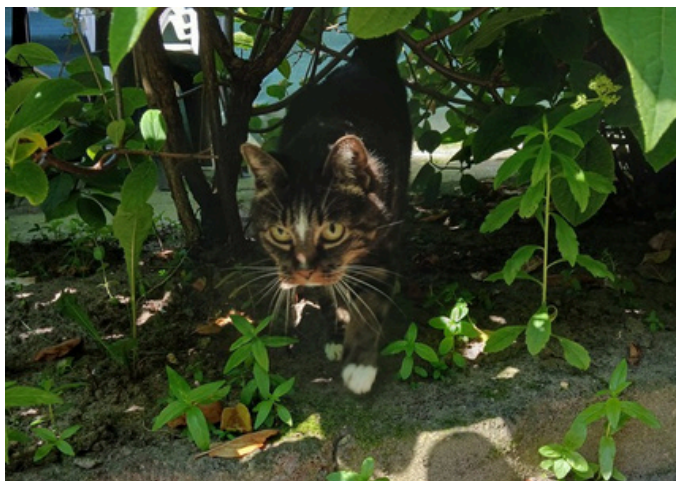
## Juni

**Verstoppertje!** Het is een super leuk idee om samen verstoppertje te spelen. Voor binnen is het leuk om onder een dekentje te liggen en te wachten tot je mens komt. Laat ze schrikken met een grote sprong! Lukt het ze om jou te vinden? Voor buiten kun je onder een struikje zitten of misschien achter een boom of een stoel, net wat je in de tuin hebt staan. Waar gaat je mens zich verstoppen en kun je je mens vinden? Niet stiekem spieken!

**Creëer een katten 'speurtocht'** – Laat je mensen kleine traktaties of kattenspeeltjes door het huis verstoppen. Snuffel rond om ze allemaal te vinden! Een lekkere kriebel of knuffel als beloning is altijd mooi meegenomen. Voor binnen is het leuk om bijvoorbeeld van de trap naar beneden te doen of naar boven. Voor buiten is het extra spannend als je een snack ergens onder legt zoals bijvoorbeeld een blaadje. Vergeet niet waar je ze neer hebt gelegd.

**Doe een beetje katten yoga.** Streck je voorpootjes en je achterpootjes helemaal uit. Van je kop tot je staart want zo neem je alles mee en blijf je jong en vitaal. Dit kan zowel voor binnen als voor buiten. Het is voor je mens ook erg goed om te strekken, dus hup, meedoen!

**De grote knuffelbeurt.** Laat je mens je pakken in de ik-knuffel-je-de-hele-dag houding! Kruip lekker tegen elkaar aan en doezel even weg. Het is heel fijn om gewoon een dag te hebben waar bij je lekker kunt knuffelen. Zo blijf je warm en voelen jullie je allebei fijn en zacht van binnen.





## Juli

**Samen gym:** Je kunt zowel binnen als buitengym doen en het is eigenlijk best simpel. Want wist je dat elke beweging een beetje gym is? Als je een eenvoudige rekoefening doet met je voorpoot of je doet iets heel acrobatisch dan is het toch allebei gym want je beweegt. Het is goed voor je kop en je lijf dat je iets nieuws gaat proberen. Dat je bijvoorbeeld niet met je muis speelt maar dat je naar buiten gaat en met een tak aan de gang gaat.

Als je niet naar buiten kan dan is het misschien handig om wat 'nieuwere speeltjes' achter handen te hebben zoals een vishengel. Soms hangt er een vogel aan of een muis. Deze hengels zijn goed voor je omdat je de prooi precies moet vangen en dat kan een uitdaging zijn als je dit niet gewend bent of zelfs nog nooit gedaan hebt. Het is sowieso gezelliger als je samen kunt gymmen, dus laat je man of vrouw mee doen met de gym. Zij kunnen bijvoorbeeld van voor naar achteren lopen met de hengel terwijl jij de prooi probeert te vangen.

**Limonade:** Dan is er natuurlijk ook nog de bekende limonade waar Bertje mee kwam. De limonade is een soepje waar extra water bij is gedaan zodat het makkelijker te drinken is. Water kan heel saai zijn met warm weer of gewoon zo. Limonade is een goede oplossing om iets meer binnen te krijgen. Weet je wat het leukst is?

Er zijn zoveel smaken dat je zelf kan kiezen wat voor soort limonade je wilt. Mijn advies is dan wel om één keer per dag een limonade te nemen en niet meer. Anders blijf je aan het gymmen en drinken.



## Augustus

**Kammen:** Er zijn verschillende soorten kammen en borstels en dan bedoel ik dat het er heel veel zijn. Je hebt harde kammen van plastic met brede tandjes en met dunne tandjes. Er zijn metalen kammen en ook zachte van rubber. En bij de borstels is dit ook zo.

Je hebt borstels met zachte haren en met harde pinnen passend op wat je nodig hebt. Als je aan een kam of borstel beurt bent heb ik wat tips voor je:

Begin met korte en fijne sessies. Zeker als je het kammen nog niet kent. Dit kan zijn met een kam maar je mens kan ook haar vingers gebruiken of een speciale handschoen. Zo word het minder eng en misschien zelfs heel erg fijn.

Vind je het kammen niks? Geen probleem en misschien is het niet eens nodig dat je gekamd moet worden. Er zijn kalmerende sprays en druppels en je zou met de dierendokter kunnen overleggen wat handig is als je wel moet. Als je bijvoorbeeld een lange vacht hebt. Kijk goed naar elkaar en wat je vriendje hierin nodig heeft. Communicatie is belangrijk!

De ervaren liefhebbers van kammen onder ons: kies een fijne plek uit met eventueel een dekentje, wat lekkers en verschillende kammen en borstels.

Geniet van alle aandacht die jij en je vacht krijgen.

Spinnen is volledig toegestaan en snurken ook mocht je in slaap vallen. Vind je de borstel vandaag fijner, heerlijk van genieten!!



## September

**Zomersnack:** Zorg dat je kleine lege bakjes hebt zoals bijvoorbeeld voor de ijsklontjes. Vul elk van deze met een verschillende smaak liquit snack. Voeg er een beetje water aan toe en meng dit goed door elkaar. Stop dit in de vriezer en laat het een nachtje staan. De volgende dag heb je een heerlijke verkoelende snack waar je even mee kan doen. Dit kun je trouwens ook met soep doen. Zo heb je meer variatie in smaak en textuur.

**Water:** Je moet goed voor je lichaam zorgen dus extra drinken, naast de soepjes en snacks. Het is heel slim om overal wat extra schaalpjes met water neer te zetten zodat je jezelf eraan herinnert om meer te drinken. Je moet misschien vaker naar de bak maar je lichaam vind het fijn!

**Schaduw:** Het is slim om extra schaduwplekjes te zoeken en te maken. Je mens kan helpen om schaduw te maken door er een handdoek voor te hangen of de gordijnen dicht te laten. Buiten kun je op zoek naar een grote struik om er onder te liggen of een tuinstoel die onder een tent staat. Is het te warm? Dan lekker de koelte opzoeken van een koude vloer of mat.



## Oktober

**Waar nog meer:** Er zijn zoveel plekjes waar je kunt dutten. Kijk maar eens of er een open kastdeur is, daar heb je vaak een donker knus plekje. Of op een stoel waar een kussen op ligt of een dekentje. Of misschien zelfs kleding van je mens. Dit zijn vaak de warmste plekjes. Misschien is er ruimte boven op een boekenkast of heb je een holle extra in je krabpaal. Zelf lig ik graag in een volle wasmand of in een kledingkast. Je kunt ook een bedje maken van een doos met een warme deken. Dit kan van fleecce of wol zijn, net wat je fijn vindt. Het is super gezellig als het in de buurt is van je mens en jullie kunnen elkaar nog een beetje zien, dat je weet dat jullie samen zijn.





## November

**Beweeg speeltje:** Er zijn genoeg winkels die bewegende speeltjes verkopen zoals deze vis. Het kan een leuk avontuur worden waarin je gaat oefenen hoe je een vis vangt of misschien wel een muis. Er zijn balletjes die uit zichzelf gaan rollen waar je achter moet rennen om deze te kunnen vangen. Sommige hebben er zelfs kattenkruid in zodat je iets fijner er mee kunt spelen. Bram in dit geval vond er helemaal niks aan, ook niet met de kattenkruid erin. En dat is ook prima. Een nieuwe ervaring hoeft niet meteen een positieve te zijn. Nu weet je in ieder geval wel wat je leuk vindt of wat niet.

**Oefenen:** Als het geen fijne ervaring is, is het misschien goed om te oefenen met zachte woordjes en kriebels zodat het in je kop weer rustig wordt. Je kunt zeggen dat je ervan schrok of dat je de geur eng vindt want dat kan natuurlijk ook. Of dat je helemaal geen bewegende dingen wilt omdat je die gewoon niet leuk vindt. Extra kopjes en kriebels zijn dan vaak wel fijn. Geef je het zelf aan door een kopje als eerste te geven? Dan weet je mens meteen hoe het moet en wat jij wilt. Terug naar het oude vertrouwde en het fijne!





## December

**Een nieuw mandje voor je vriendje.** Misschien is deze zachter of groter of net precies genoeg in wat hij of zij wilt. Een extra dekentje maakt het helemaal warm en knus. Misschien zelfs een favoriet speeltje erbij leggen. (soms is het rouleren van speelgoed of knuffels fijn zodat ze om de zoveel tijd weer iets 'nieuws' hebben)

**Nieuwe slaapplek.** Probeer eens een nieuwe slaapplek uit misschien bevalt het wel. Maak bijvoorbeeld een fort van oude dekens in een hoekje waar de zon komt. Of voor als het buiten is, een ander hoekje van de tuin.

**Masseer techniek.** Een zachte lange massage achter de oren of in het nekje kan je vriendje een rustige ontspannende slaap geven. Sommige vinden zelf op het buikje aaien heel erg fijn. Ontdek samen wat jullie fijn vinden hierin. Probeer je mens niet te bijten als je gevoelig bent.

**Warmte en geur.** Heb je een shirt wat naar jou ruikt en wat je niet meer gebruikt? Je zou deze in de mand of op de slaapplek kunnen leggen voor een extra veilig gevoel. Een warme (niet te heet!) kruik eronder kan net voor wat extra warmte en ontspanning geven op koude dagen.

**Muziek.** Wat sommige poezen, katers, honden of andere dieren fijn vinden is een zacht muziekje. Je zou een natuurgeluiden kunnen proberen of gewoon een zacht vriendelijk melodietje. Misschien hou je van vogel geluiden of juist van blaadjes die op en neer bewegen in de wind.



## Einde

Als eerst wil ik jullie bedanken voor het lezen van mijn aller eerste e-boek. Mijn wens is dat je er warme en fijne dingen uit hebt gehaald. Dat je genoten hebt van de verhalen die als blog online zijn geweest en dat ze je een glimlach, een moment van rust, of zelfs wat nieuwe inspiratie hebben gegeven.

Ik hoop dat dit boek een klein, veilig plekje voor je is geworden, waar je altijd naar terug kunt keren wanneer je even behoefte hebt aan zachtheid en eenvoud. Want soms is dat alles wat we nodig hebben—een paar mooie woorden en herinneringen die ons hart opwarmen en ons eraan herinneren dat geluk vaak in de kleinste dingen zit.

Dank je wel voor je tijd, je aandacht, en het delen van deze fijne momenten samen. Moge de zachtheid en warmte je nog lang bijblijven, en wie weet, tot een volgend verhaal.

Met een liefdevol kopje en een neusje, poot getekend Mienister van Zachte Zaake,

Milamuis

Ps, met dank aan mevrouw Vilan, Bertje en alle deelnemers van de verhalen!

