

HET BRIELKRANTJE



APRIL 2024

WZC SINT JOZEF



Feest van St.Jozef
p.3



Simonne aan het woord
p.9



Maandweetjes



NIEUWE BEWONERS:

De Loose Suzanne en Grootvriendt Suzanne (Stil Geluk)
Muylaert Monique (Morgendauw)

BETERSCHAP:

Cathy Carkers (verpleegkundige Stil Geluk)
Debbie De Ryck (zorgkundige Stil Geluk)
Mieke Wandelseck (verpleegkundige Stil Geluk)
Heyse Carine (verpleegkundige Stil Geluk)
Isabelle De Milde (logistieke hulp morgendauw)

PENSIOEN:

We danken Anne Basten (verpleegkundige morgendauw) en Carine Van Vaerenbergh (keukenmedewerker) voor hun jarenlange inzet in ons WZC en wensen hen een heel fijn pensioen!!!

PROFICIAT:

Proficiat aan Michaël De Muylder met de geboorte van zijn kleinzontje, Till.



1 APRIL



Op 1 april wordt in sommige culturen de dag van de "verzenderkens" gevierd, een traditie waarbij mensen elkaar grappen en streken sturen. Deze dag staat bekend om zijn speelsheid en humor, waarbij vrienden, familieleden en collega's elkaar plagen met allerlei grappen en grollen.

Aprilgrappen zijn in Europa en ver daarbuiten een bekend fenomeen. In Frankrijk, Groot-Brittannië, Portugal en zelfs India is 1 april een feest voor grappenmakers. Waarom 1 april? Daarover verschillen de meningen. De oorsprong van 1 april als grappendag is wellicht een gevolg van de invoering van de Gregoriaanse kalender in 1582. Voorheen werd de Juliaanse kalender gevolgd. Een belangrijke verandering hierbij was de verplaatsing van nieuwjaarsdag van 1 april naar 1 januari. Sommigen hielden vast aan de oude kalender en werden op 1 april geplaagd.

Voor velen is 1 april een kans om creatief te zijn en anderen voor de gek te houden met onschuldige streken.

Dit kunnen klassieke grappen zijn, zoals het plakken van een nepspin op iemands bureau of het verwisselen van de suikerpot met zout. Anderen bedenken misschien meer inventieve grappen, zoals het versturen van valse e-mails of het plaatsen van nepaankondigingen.

Het doel van verzenderkensdag is niet om anderen te kwetsen, maar om een glimlach op iemands gezicht te toveren en samen plezier te hebben. Het is een dag waarop mensen hun creativiteit kunnen uiten en de banden met hun dierbaren kunnen versterken door samen te lachen.

Terwijl de wereld verandert en de manier waarop we communiceren evolueert, blijft 1 april een dag die ons eraan herinnert om niet altijd alles serieus te nemen en af en toe een beetje plezier te hebben. Het is een viering van humor, vriendschap en de kracht van een goede lach.



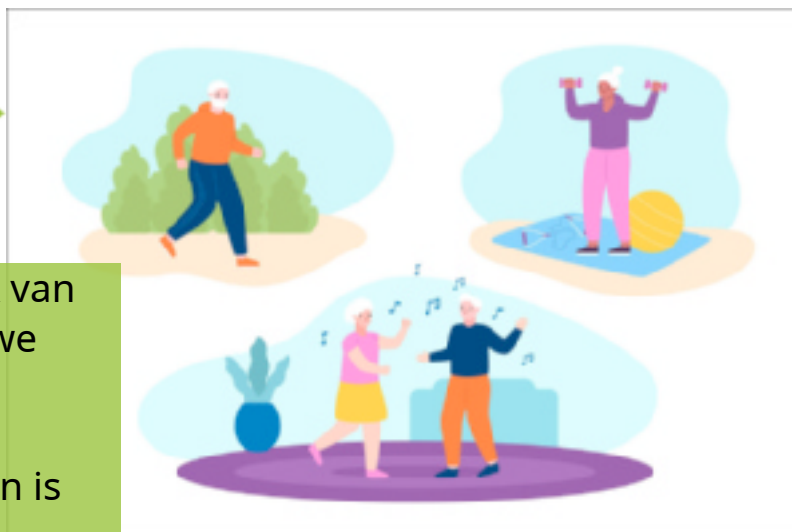
*Waar het goed
is te leven*





Wist je dat?

Van 22 tot en met 28 april is het Week van de Valpreventie. In deze week geven we extra aandacht aan verschillende maatregelen die valpartijen kunnen voorkomen. Eén van deze maatregelen is om regelmatig te bewegen.



...dat regelmatige lichaamsbeweging het risico op chronische ziekten zoals hartziekten, diabetes en osteoporose vermindert?

...dat beweging de cognitieve functie kan verbeteren?

...dat het kan helpen bij het behouden van een gezond gewicht en spiermassa? Dit is belangrijk voor het behoud van mobiliteit en onafhankelijkheid.

...dat ouderen die regelmatig bewegen, vaak een betere stemming en mentale gezondheid hebben?

...dat bewegen de balans en coördinatie verbetert en zo het risico op valpartijen kan verminderen?

...dat regelmatige lichaamsbeweging de slaapkwaliteit verbetert en slaapstoornissen vermindert?

...dat de bloeddruk verlaagt en de bloedcirculatie verbetert door vaker te bewegen? Hierdoor neemt het risico op hartaandoeningen af.

...dat het immuunsysteem versterkt wordt, waardoor ouderen beter bestand zijn tegen infecties en ziekten?

...dat beweging de botdichtheid kan verbeteren en hierdoor het risico op osteoporose vermindert?

...dat regelmatige fysieke activiteit kan helpen bij het behouden van flexibiliteit en het verminderen van gewrichtsstijfheid?

...dat de sociale interactie bevordert wordt door deelname aan groepsactiviteiten zoals wandelen en groepsgymnastiek?

...dat beweging de spijsvertering stimuleert en zo het risico op constipatie vermindert?

...dat je energie verhoogt en je vermoeidheid vermindert als je vaker beweegt?

...dat regelmatige lichaamsbeweging de zelfredzaamheid kan vergroten, waardoor ouderen langer zelfstandig kunnen blijven functioneren?

Oude liedjes

Jan De Wilde - Een vrolijk lentelied

Daar is de lente, daar is de zon
bijna maar ik denk dat ze weldra zal komen,
de fallus impudicus staat al in bloei
en de blaadjes krijgen bomen!

M'n vrouw en m'n kat zijn allebei krols
het valt me moeilijk ze rustig te houden
ik zal binnenkort weer 'n heleboel
nesten moeten bouwen!

Daar is de lente, daar is de zon
bijna maar ik denk dat ze weldra zal komen,
de fallus impudicus staat al in bloei
en de blaadjes krijgen bomen!

De bloembotten barsten open met een
knal en de meisjes ontbloten de kuiten
de bouwvakkers hebben na 'n nare tijd
weer iets om naar te fluiten!

Daar is de lente, daar is de zon
bijna maar ik denk dat ze weldra zal komen,
de fallus impudicus staat al in bloei
en de blaadjes krijgen bomen!

Daar is de lente, daar is de zon
bijna maar ik denk dat ze weldra zal komen,
de fallus impudicus staat al in bloei
en de klokken vertrekken naar Rome!



Lach van de maand

Een echtpaar, beiden 60 jaar, loopt over straat als ze plots worden aangehouden door een fee. Als de man haar de weg wijst, mag hij een wens doen. Hij wenst: "Ik wou dat ik een dertig jaar jongere vrouw had!" En ping, zijn wens ging in vervulling: hij was ineens 90!

*Als ik een goede
1 april grap wil zien,
kijk ik wel naar mijn
bankrekening*

Ik mag
dan wel
op
leeftijd zijn



ik ga
ook
uit
mijn dak
bij een
goed stukje
muziek

Hartje

Simonne Nerinckx geboren op 15/02/1931 in ons WZC sinds 2023



Simonne is geboren te Haaltert op 15 februari 1931.

Ze was de jongste van 4 kinderen in hun gezin.

Ze had nog 1 oudere broer en 2 oudere zussen.

Simonne heeft zeer goede herinneringen aan haar kindertijd, ze ging ook zeer graag naar school en had veel vriendinnetjes om mee te spelen.

Simonne heeft haar moeder lang mogen kennen, ze overleed toen ze een goede tachtiger was. Haar vader werd ziek en moest ze vroeg afgeven.

Familie

Simonne ging graag naar de cinema en danste graag, ze leerde dan ook haar echtgenoot kennen op een bal. Haar man was bouwvakker. Ze trouwden toen Simonne 21 jaar was en ze kregen samen 1 zoon en later 1 kleinzoon. Simonne moest haar man spijtig genoeg ook vroeg afgeven door ziekte.

Loopbaan

Simonne werkte in Brussel gedurende 25 jaar, ze ging erheen met de trein. Ze werkte er als stikster. Ze stikte toen pantoffels voor het leger. Later stikte ze in een bedrijf waar matrassen vervaardigd werden. Ze stopte met werken na 25 jaar dienst omdat het bedrijf verhuisde naar Wallonië.

Later zorgde Simonne voor haar kleinzoon, ze deed hem naar school en verwende hem.

Nu verblijft Simonne in ons WZC sinds september 2023 op de afdeling Stil Geluk.

Ze krijgt vaak bezoek van haar zoon. Haar kleinzoon ziet ze nu minder daar hij in Nederland woont en veel moet reizen voor zijn werk, hij is getrouwd met een meisje uit Amerika.

Op de babbel bij...

April 2024 : Maand van de PAASTIJD

ZALIG PAASFEEST !

Pasen is voor christenen één van de belangrijkste feesten. De opstanding van Christus is de basis van het christelijk geloof. Zonder opstanding was er geen christendom. Na veertig dagen van inkeer en bezinning wordt het grote Paasfeest ieder jaar opnieuw uitbundig gevierd. Het grote Paasfeest begint in de Paaswake die gehouden wordt in de avond van Paaszaterdag op Paaszondag. De Verrijzenis van Christus is zo'n geweldige gebeurtenis, dat je aan een dag niet genoeg hebt om het te vieren. Maar de uitleg van Pasen wordt vaak bemoeilijkt door het gebrek aan kennis van de Bijbel en het christelijk geloof.

Dood en sterfelijkheid hebben met ons leven te maken. Wie jong en gezond is, kan dat nog voor zich uitschuiven. Wie ouder wordt of geconfronteerd wordt met het overlijden van dierbaren, kan dit niet meer voor zich uitschuiven.

Maar PASEN is het feest van de verrijzenis en nieuw leven!
Het geeft ons een optimistische en

hoopvolle kijk op het leven, omdat het ons een uitzicht biedt over de dood heen.

GELOVEN betekent niet: het 'zeker weten', maar gelovig vertrouwen in het woord van Jezus Christus die met zijn kruisdood de 'dood heeft overwonnen'.

De Paastijd duurt vijftig dagen tot Pinksteren en dit is eigenlijk ook een groot feest. Een tijd (die we feitelijk iedere zondag door het jaar herdenken) waarin wij vieren dat Jezus niet dood is, maar leeft en bij ons is, tot aan de voltooiing van de wereld!



Afscheid

24/02/2024: Limpens Agnes

25/02/2024: Van Londersele Rosa

08/03/2024: Abbeloos Remi

15/03/2024: Van De Wiele Julia

Wat je in je
hart
bewaart,
raak je
nooit meer
kwijt

Iedere woensdag gaat er in de kapel om 10u een Eucharistieviering door.

Iedereen kan daaraan deelnemen.

Deze maand gaan we aan de slag met de spieren in de bovenbenen. De bewegingsoefeningen duren minder dan 5 minuutjes, dus neem even de tijd voor deze spierengroep. Deze spieren vormen tevens de grootste spierengroep van het lichaam. De dijspieren zijn de spieren die de knie laten bewegen en ook het kniegewricht op zijn plaats houden.

Bij veel mensen met knieklachten zie je dat de spieren van het bovenbeen zwakker zijn, zowel de spieren aan de voorkant als aan de achterkant.

De bovenbenen kunnen veel kracht opvangen tijdens het bewegen. Dus laten we starten!

Startpositie: Ga rechtop zitten op een stoel. De voeten staan naast elkaar op de grond.



Oefening: Strek het rechterbeen voor je uit. De linkervoet blijft op de grond staan.

Beweeg met het gestrekte been naar boven en naar beneden. Tel intussen de 'schoppen naar boven' tot 10.

Zet de rechtervoet terug op de grond.

Oefening: Strek nu het linkerbeen voor je uit. En 'schop' nu ook 10x naar boven met het gestrekte been.



Fit en gezond

Train je brein

Spreekwoordenquiz

Raad jij het juiste plaatje bij het juiste spreekwoord? Zet de juiste letter naast de spreekwoorden. De letters vormen een woord (lees van boven naar onder).



- Oost West, thuis best
- Naast zijn/haar schoenen lopen
- Elk huis heeft zijn kruis
- Onkruid vergaat niet
- Nog een appeltje met iemand te schillen hebben
- Het is vijf voor twaalf
- Over koetjes en kalfjes praten
- Na regen komt zonnenschijn

Oplossing woord:

Oplossing: glimlach

Film: Human Forever

Teun Toebes is vierentwintig jaar oud, kerngezond en woont op de gesloten afdeling van een verpleeghuis. Hij heeft namelijk een missie: de levenskwaliteit van mensen met dementie verbeteren.

Na jaren besluit hij zijn werk naar een hoger plan te tillen: samen met zijn goede vriend en filmmaker Jonathan de Jong begint hij aan een wereldreis om te zien hoe in andere landen wordt omgegaan met dementie en wat we van elkaar kunnen leren om de toekomst te verbeteren. Samen doen ze elf landen op vier continenten aan. Teuns zoektocht is inmiddels een noodzaak te noemen, want de komende twintig jaar gaat het aantal mensen met dementie verdubbelen, zo is de prognose.

Hij pleit dan ook voor een humanere omgang met mensen met dementie. "Anders kijken is anders doen. Als we mensen met dementie echt als mens zien, veranderen alle regels en protocollen waarmee we het systeem hebben ingericht", zo zei Toebes onlangs nog in een interview.



Deze beklijvende documentaire is momenteel te bekijken in een aantal Vlaamse bioscopen en is zeker de moeite waard!

Op 19 september zal ze ook vertoond worden in het Sint-Franciscustehuis, Brakel.



Ik ben Darien, als coördinator ben ik op 2 januari 2013 begonnen bij het DVC, een dagverzorgingscentrum dat destijds nog in de kinderschoenen stond met slechts enkele bezoekers. Tien jaar later kunnen we trots zeggen dat ons centrum goed draait.

We werken nu met een team van 8 collega's: Kelly, Kaat, Lieselot, Nancy, Lynn, Yelle, en ikzelf. Overdag organiseren we allerlei activiteiten om mensen die thuis alleen zijn uit hun sociaal isolement te halen. Alles kan, niets moet. We luisteren naar de wensen van onze bezoekers en plannen onze activiteiten daarop in.

We hebben ons eigen vervoer dankzij onze chauffeurs Ilir, Michaël, Bart en Will. Ons dagcentrum is open van 8 uur tot 17.30 uur en een warme maaltijd is bij de dagprijs inbegrepen. Af en toe koken we zelf en vieren we verjaardagen van onze bezoekers. Onze aandacht gaat altijd uit naar het welzijn van onze bezoekers en we proberen bij goed weer uitstapjes te maken.

Jaarlijks organiseren we twee grote uitstappen: naar Oostakker en de zee. Activiteiten worden aangeboden op basis van thema's en de wensen van onze bezoekers. We noemen hen onze 'bezoekers', omdat ze ons overdag bezoeken en daarna weer naar huis gaan. We houden ook hun medicatie in

de gaten en proberen via ZP3 een goede omkadering thuis te bieden.

Ik ben enorm dankbaar voor mijn top team, dat elke dag het beste van zichzelf geeft om onze bezoekers te verzorgen en gelukkig te maken.

Even iets over mezelf.

Mijn naam is Darien Al-Karzoun, ik ben 38 jaar oud en al 16 jaar getrouwd. Samen met mijn partner ben ik de trotse ouder van 4 kinderen. Wij wonen in Erpe-Mere en ik heb Palestijnse roots. Ik heb een opleiding gevolgd tot orthopedagoog en mijn hart ligt altijd bij het werken met ouderen. Na mijn ervaring met begeleid en beschermend wonen in Brussel kreeg ik de kans om in het kleine dorpje Haaltert te gaan werken. Ik ben dankbaar voor deze kans en hoop mijn passie voor het werken met ouderen hier verder te kunnen ontwikkelen.





We vieren mee met...

De jarigen van april worden gevierd op 18 en 19 april op de afdeling Proficiat aan:

DE PASTORALE:

02/04/1934: Janssens Robert

05/04/1938: Scheerlinck Cecile

16/04/1941: Temmerman Christiane

MORGENDAUW:

15/04/1944: Provost Etienne

20/04/1935: Soetinck August

21/04/1924: Giets Maria

26/04/1936: Lievens Paula

STIL GELUK:

02/04/1934: Van Nieuwenborgh Maria

15/04/1938: Steenhaut Leona

Een positieve noot

Jij bent goed
zoals je bent,
anders was je
iemand anders!



INFOBERICHT

DOE MEE!

Geef uw mening over jouw kwaliteit van leven, wonen en zorg!

Wat gaan we doen?

Wij, woonzorgcentrum Sint-Jozef, willen heel graag weten hoe bewoners het vinden om hier te leven en te wonen. Daarom doen we mee aan de bevraging van het Vlaams Instituut voor Kwaliteit van Zorg en de Vlaamse Ouderenraad. Deze bevraging helpt ons om te weten te komen hoe bewoners de kwaliteit van leven, wonen en zorg hier ervaren. Wat verloopt goed en wat kunnen we nog verbeteren om daaraan bij te dragen?

Wil u meewerken?

Binnenkort komen er enkele enquêteurs langs in het woonzorgcentrum. deze mensen zijn grondig opgeleid en zullen een 20-tal bewoners bevragen. Mogelijks komt de enquêteur ook bij u langs. Na een korte kennismaking legt de enquêteur het onderzoek nog eens goed uit. Wanneer u beslist om deel te nemen, overlopen jullie samen de vragen en hij/zij noteert uw antwoorden. Dit duurt ongeveer een uur.

Bent u verplicht om deel te nemen?

Neen, u kiest zelf of u meedoet of niet. Uw keuze heeft geen invloed op de zorg die u hier krijgt in het woonzorgcentrum. De antwoorden en uw persoonlijke gegevens worden bovendien volledig anoniem verwerkt. Onze medewerkers zullen dus niet weten welke antwoorden u hebt gegeven. Het woonzorgcentrum komt enkel de resultaten te weten van alle bevroegde bewoners samen. Indien u wenst deel te nemen, vragen de enquêteurs eerst uw toestemming om uw antwoorden te mogen gebruiken. U kan uw deelname op elk moment pauzeren of stopzetten.

Wat gebeurt er na de bevraging?

De enquêteurs gaan bij een 20-tal bewoners langs, dus het zou kunnen dat ze jammer genoeg niet bij u langs komen. Nadat alle vragenlijsten zijn ingevuld en afgegeven, worden de resultaten verwerkt. Wij ontvangen als woonzorgcentrum een resultatenrapport om mee aan de slag te gaan.

Hebt u nog vragen?

Spreek dan Johannes Cantaert aan. Te bereiken op het nummer 053/ 85 05 04 of via mail johannesc@groepsf.be



Lentetaart met aardbeien en vanille-room

Ingrediënten:

- 1 vel kant-en-klaar taartdeeg (of zelfgemaakt deeg)
- 500 g verse aardbeien, schoongemaakt en gehalveerd
- 250 ml slagroom
- 2 eetlepels poedersuiker
- 1 theelepel vanille-extract
- Verse muntblaadjes ter garnering (optioneel)

Instructies:

1. Verwarm de oven voor op de temperatuur zoals aangegeven op de verpakking van het taartdeeg. Als je zelfgemaakt deeg gebruikt, verwarm de oven dan voor op 180°C.
2. Bekleed een taartvorm met het taartdeeg en prik met een vork wat gaatjes in de bodem. Bak het deeg vervolgens volgens de instructies op de verpakking of tot het goudbruin en knapperig is. Laat het daarna afkoelen.
3. Terwijl het deeg afkoelt, klop je de slagroom samen met de poedersuiker en vanille-extract stijf tot zachte pieken.
4. Verdeel de geklopte room gelijkmatig over de afgekoelde taartbodem.
5. Leg de gehalveerde aardbeien boven op de roomlaag, beginnend aan de rand en werkend naar het midden toe, zodat de hele taart bedekt is met aardbeien.
6. Garneer de taart eventueel met wat verse muntblaadjes voor een extra vleugje frisheid.
7. Plaats de taart minstens 1 uur in de koelkast voordat je hem serveert, zodat de room kan opstijven en de smaken zich kunnen mengen.



PAASMAANDAG EUCHARISTIEVIERING: 1 april

Op Paasmaandag vindt er uitzonderlijk een Eucharistieviering plaats om 10u30 in de kapel.

PAASDESSERTBUFFET: 8 en 10 april

Voor Pasen serveren we een heerlijk dessertbuffet waar iedereen kan aanschuiven!

Dus, aan alle zoetebekken...WELKOM!

Dit gaat door in de leefruimte of polyvalente zaal vanaf 14u.

VIERING VAN DE JARIGEN: 18 en 19 april

We vieren onze jarigen van april met een lekkernij en heerlijk tasje koffie! Allen welkom vanaf 14u in de leefruimte of polyvalente zaal.

MODESHOW: 24 april

In de polyvalente zaal om 14u gaat er een modeshow door van 'Mode Sabrina', zij showen ons de nieuwe lente- en zomercollectie.

Wil je graag komen passen en je een nieuw kleedje aanschaffen, dan ben je welkom!!!

**Maria Giets (morgendauw) wordt 100 jaar
en dat vieren we op donderdag 25 april.**



Activiteitenkalender APRIL 2024

April 2024 Morgendauw						
Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
1 PAASMAANDAG 10u30 Eucharistieviering	2 Spelnamiddag	3 Beweging/yoga	4 Snoezelen	5 belevenistafel	6	7
8 Paasdessertbuffet	9 Individuele therapie	10 10u Eucharistieviering Luister/dansnamiddag	11 DAR vergadering	12 relaxatiebaden	13	14
15 Krea Lente	16 Krea Lente	17 10u Eucharistieviering Kooknamiddag 'appelcake'	18 Koffieklots	19 Viering van de jarigen	20	21
22 Belevenistafel	23 Individuele therapie	24 10u Eucharistieviering Modeshow	25 Feestje Maria Giets 100 jaar	26 Individuele therapie	27	28
29 Snoezelen	30 Motomed					