

# Made-liefje



April 2024

WZC Sint-Anna



Wist je dat?  
p. 6

Op marode  
p.17



## Nieuwe bewoners

Meneer Saeys Valery en mevrouw Van Accoleyen Magda  
Kamer 229

Meneer Giets Albert en mevrouw De Pelsmaeker Christiane  
Kamer 129

Mevrouw Devriendt Paula  
Kamer 208

Mevrouw De Winter Maria  
Kamer 10



## Uitstap naar bedevaartsoord Oostakker



Woensdagnamiddag  
15 mei 2024

**INSCHRIJVEN IS VERPLICHT  
VOOR 1 MEI**

Meer informatie volgt nog



Op 1 april wordt in sommige culturen de dag van de "verzenderkens" gevierd, een traditie waarbij mensen elkaar grappen en streken sturen. Het doel van verzenderkensdag is niet om anderen te kwetsen, maar om een glimlach op iemands gezicht te toveren en samen plezier te hebben.

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.

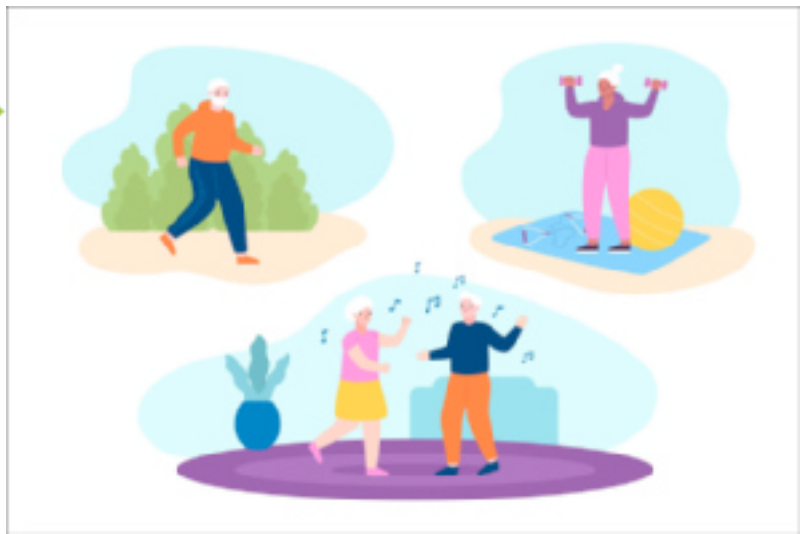
Voor velen is 1 april een kans om creatief te zijn en anderen voor de gek te houden met onschuldige streken. Dit kunnen klassieke grappen zijn, zoals het plakken van een nepspin of het verwisselen van de suikerpot met zout.

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.





# 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 de zelfredzaamheid kan vergroten, waardoor ouderen langer zelfstandig kunnen blijven functioneren?

...dat regelmatige lichaamsbeweging het risico op chronische ziekten vermindert?

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

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

...dat beweging de cognitieve functie kan verbeteren?

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

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

## 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!





# Op de babbel bij mevrouw Van Impe Juliette

In het jaar 1933 werd **Juliette** Van Impe geboren. Dat ze een behulpzaam meisje was liet zij al vroeg merken. Ze hielp haar moeder in het weekend en na de schooluren in hun 'Café sport' in Haaltert. Vader en oudere broer waren vooral bezig met de koers. Zij reden allebei in clubverband.

Juliette studeerde op haar 14e af. Zij vond het zo fijn om met moeder samen te werken, dat zij in dezelfde ploeg aan de slag ging van de spinnerij 'Filature du canal' te Aalst. Er werden vele uren geklopt, zowel in het café als in de spinnerij. Juliette en haar moeder losten elkaar af zodat er op beide plaatsen permanentie was. Plots was er een onderdeel van een machine in de fabriek kapot en tijdelijk niet meer beschikbaar. Juliette en haar moeder kregen de opdracht om voor 3 maanden naar een andere vestiging te gaan in Brussel. De ritjes met de camion daar naartoe brengen leuke herinneringen teweeg.

Een beetje verderop in Aalst ging de heer Alfons Peleman wekelijks naar de zondagsschool. Om een droge keel te voorkomen zakte hij soms af naar café 'Van Impken', niet wetende wie hij daar zou treffen. Juliette kwam daar ook al eens langs en ja, je kan het al raden zeker... het was prijs. Maar Alfons moest eerst nog zijn legerdienst afwerken van twee jaar. Daarna konden ze pas écht samen zijn. Ze trouwden, bouwden een mooie woning in Kerksen en kregen 4 kinderen. Een gezin om fier op te zijn.

Nu wonen Juliette en Alfons in ons WZC op het tweede verdiep.  
Een sympathiek koppel die hier stilaan ingeburgerd geraakt.



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

Van Nuffel Camiel	21/02/2024
De Brauwer Andrea	11/03/2024
Coppens Maurits	12/03/2024

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

## Paas eucharistie

Zondag 7 april  
10 uur  
In de kapel

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.

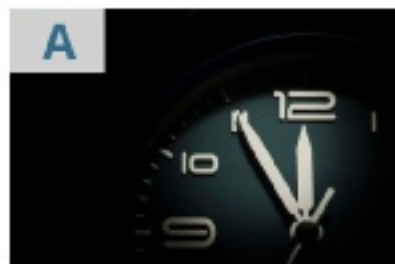


# Fit en gezond

# 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: .....

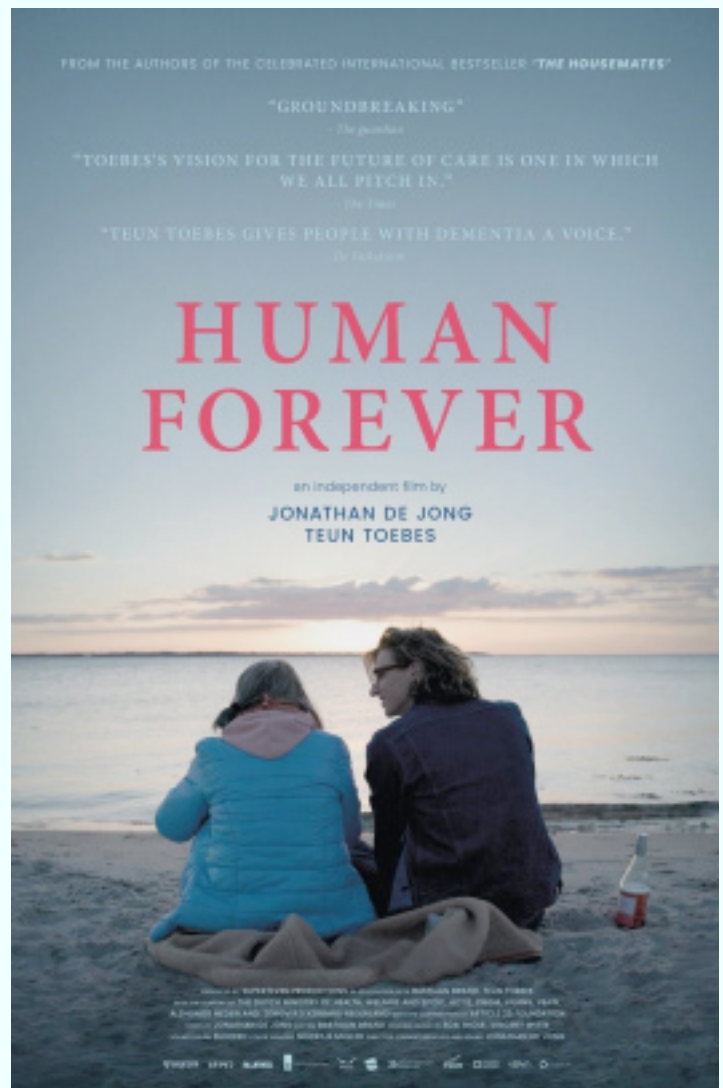
Oplossing: glimlach

## 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!



*"De facturatie of mijn rekening, dat is Brigitte haar ding"*

*"Onze directeur staat tussen de mensen"*



*"Voor vragen groot of klein, mag ik bij Jolien zijn"*

*"De personeelszaken is één van Lut haar taken"*





## We vieren mee met...

**De jarigen van april worden gevierd tijdens het jarigenfeest.  
Proficiat aan:**

Van Bever Lena	04/04/1937
Baetens Adriana	11/04/1929
Van Den Steen Julienne	14/04/1930
Van Driessche Wivine	17/04/1942
Van Accoleyen Magda	17/04/1938
Van Melkebeek Raymonde	23/04/1937

Een positieve noot

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



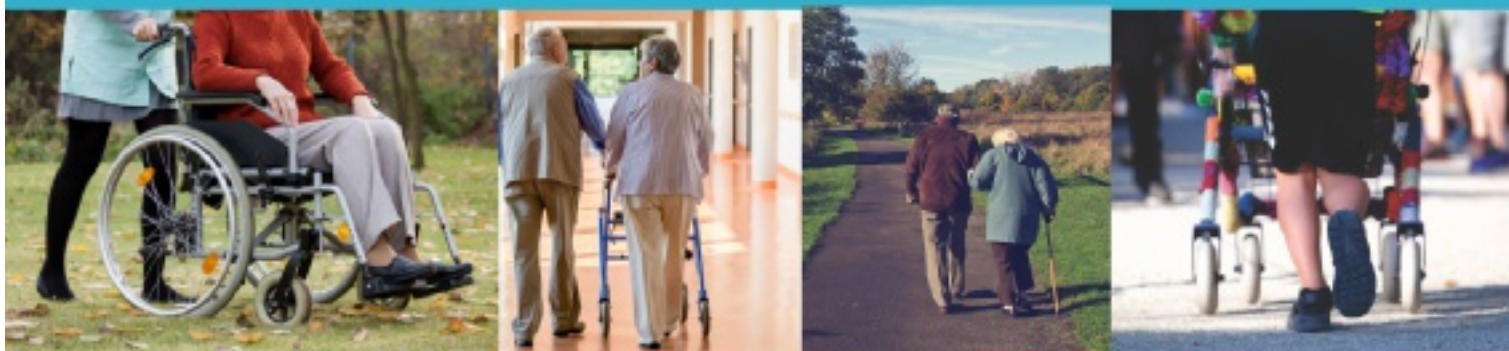


Wie wandelt met ons mee?

# WANDELCLUB OP MARODE

Frisse wind door de haren, fluitende vogeltjes,  
zalig zonnetje op de rug, geur van gemaaid gras, ...  
Onze bewoners kijken er alvast naar uit!

**Help jij ons begeleiden?**



**VANAF APRIL TOT SEPTEMBER**

**BEN JIJ ONZE HELPENDE VOET?**

**GRAAG EEN SEINTJE BIJ HET ANIMATIETEAM!**

[jelkes@groepsf.be](mailto:jelkes@groepsf.be) of 053/38.23.24

**STARTDAG: WOENSDAG 24 APRIL, 14 UUR**  
NAAR AANLEIDING VAN DE WEEK VAN DE VALPREVENTIE

# In de ban van de molen.

Het beroep van de molenaar was niet voor watjes. Naast het zorgen voor het draaien van de wieken had hij nog veel trek en sleurwerk. De zware zakken graan moest hij met een touw over een klauw wiel langs de luikjes naar boven trekken.

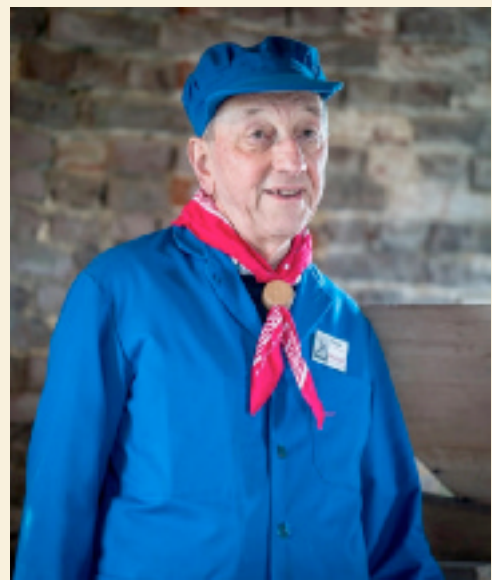
De molenaar was een weerprofeet. Hij moest goed weten wanneer de wieken konden draaien. Bij windstille perioden verrichtte men onderhoud en reparaties aan de molen om daarna dubbel zo hard door te werken. Het kerkrecht stond in dat geval uitzonderlijk toe om zelfs op zondag te werken. Maar nooit tijdens de hoogmis!

Werken met een molen is behoorlijk gevaarlijk. Omdat windmolens per definitie het hoogste punt in het landschap opzoeken, worden ze vaak getroffen door de bliksem of omver geblazen door rukwinden. Wanneer het donker is of de molen heel snel draait, kan de molenaar worden gegrepen door een draaiend wiel en.... een arm verliezen.

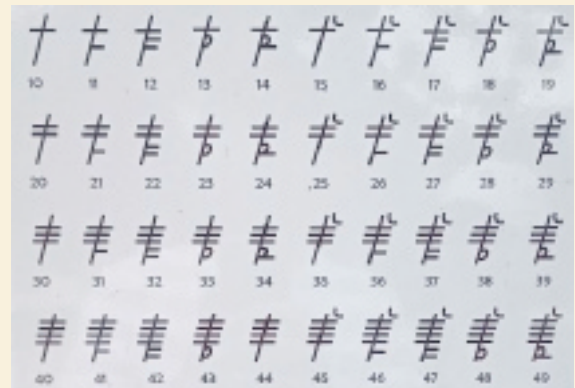
De opleiding tot molenaar duurde gewoonlijk twee jaar. Als een erkende molenaar sterft, mag zijn weduwe de molen verder uitbaten. Om het beroep wat meer stem te geven verenigden ze zich in gilden met hun patroonheilige Sint-Victor.



Ieder dorp had minstens één water- of windmolen. De molenaar noemde men niet bij naam, maar bv. 'de maalter van Herzele'. Hij was een van de belangrijkste dorpsbewoners omdat hij een onmisbare schakel was tussen boer en bakker. Tot pakweg tachtig jaar geleden stonden boeren met kar aan te schuiven. Een molenaar bezat maar geen molenrecht, deze was eigendom van de adel. Niemand mag de wind rondom een molen belemmeren door bijvoorbeeld bomen te planten. De molenaar beschikt dus over de 'rechten op de windvang'. Tegenwoordig geldt dit nog steeds.



Het zogenaamde scheprecht was de betaling. Het multer, enkele scheppen meel, was hetgeen hij verdiende. Die betaling in natura maakte hem weinig populair en zorgde voor discussies. De molenaar geeft met een stuk houtskool het gewicht aan op de buitenzijde van elke zak. Daarvoor hanteert hij tekens. Voor een buitenstaander is dit onbegrijpelijk 'meulefrans'. Zo betekent een streepje voor het getal 'bijna' en achter het cijfer betekent 'iets meer'. De namen van wanbetalers worden met krijt op de deur of op een balk geschreven.



Na de WOII, door de opkomst van diesel- en elektromotoren, vielen de meeste molens stil. Het molenaarsambacht was met uitsterven bedreigd. Gelukkig ontstond de vrijwillige molenaar. Zo worden de nog bestaande molens in goede staat gehouden en kunnen dure restauraties worden vermeden. Tot grote voldoening van buurtbewoners, toeristen en erfgoedzorgers houden zij het Vlaamse molenlandschap levend.

Ieder jaar viert Vlaanderen 'Molendag' op de laatste zondag van april.

## ACTIVITEITENKALENDER APRIL

<u>DAG</u>	<u>GELIJKVLOERS</u>	<u>1<sup>STE</sup> VERDIEP</u>	<u>2<sup>DE</sup> VERDIEP</u>
Maandag 1 april		<b>Paasmaandag</b>	
Dinsdag 2 april	<i>Verhalen en dichten</i>	<i>Moppentrommel</i>	<i>Bingo</i>
Woensdag 3 april	/	<i>Bingo</i>	<i>Lach je mee</i>
Donderdag 4 april	<i>Paasspel</i>	<i>Vijgen na Pasen</i>	<i>Sport en spel</i>
Vrijdag 5 april	/	<i>Appelcake maken</i>	<i>Rad van fortuin</i>
Maandag 8 april	<i>Beweging</i>	<i>Crea</i>	<i>Wat zie je</i>
Dinsdag 9 april	/	<i>Lenteschoonmaak</i>	<i>Pim pam pet</i>
Woensdag 10 april	/	<i>Balspel</i>	<i>Individuele</i>
Donderdag 11 april	<i>Reminiscentie</i>	<i>Pim pam pet</i>	<i>Grote schoonmaak</i>
Vrijdag 12 april		<i>Gebedsviering + wellness</i>	
Maandag 15 april	<i>Volksspelen</i>	<i>Denk je mee</i>	<i>Bingo</i>
Dinsdag 16 april	<i>Ganzenbord</i>	<i>Kook je mee</i>	<i>Kookactiviteit</i>
Woensdag 17 april	<i>Lentekaartjes</i>	<i>Rad van fortuin</i>	<i>Zing je mee</i>
Donderdag 18 april	<i>Muziekspel</i>	<i>Bingo</i>	<i>Hersenkronkels</i>
Vrijdag 19 april		<i>Gebedsviering + leesclub</i> <i>Winkeltje</i>	
<b><u>WEEK VAN DE VALPREVENTIE</u></b>			
Maandag 22 april		<i>Zitturnen XXL</i>	
Dinsdag 23 april	/	<i>Quiz valpreventie</i>	<i>Quiz valpreventie</i>
Woensdag 24 april		<i>Wandelclub</i>	
Donderdag 25 april		<i>Dansnamiddag</i>	
Vrijdag 26 april		<i>Gebedsviering</i>	
Maandag 29 april	<i>Kookactiviteit</i>	<i>Rararara</i>	<i>Beweeg je mee</i>
Dinsdag 30 april		<i>Jarigenfeest</i>	

**De activiteiten gaan door van 14u30 tot 16u00**