

Ons Veldbloempje



Mei 2024

OLV Ter Veldbloemen



Sfeerbeelden van de
paasactiviteiten
p. 4-5



Meezingen met La
Esterella
p. 7



Maandweetjes

Viering van de jarigen:

Iedere laatste maandag van de maand houden we het verjaardagsfeest op beide afdelingen. De familieleden mogen gerust aansluiten voor een kopje koffie en een stuk taart, MITS op voorhand in het begin van de maand in te schrijven en dit te deponeren in de ergobus (hangt op beide verdiepingen). We vragen hiervoor een bijdrage van **4 euro** pp.



Nieuwe bewoner:

Lea Hermie, Morgenster

Nieuwe vrijwilliger:

Sven Bontinck, Cafetaria

Ijskarronde gaat van start begin juni!

Wekelijks op vrijdag worden er vrijblijvend ijsjes aangeboden en komen we met de kar van kamer tot kamer. De kostprijs komt op de factuur van de maand.



Enkele zomeruitstappen in petto!



De Gavers in Geraardsbergen! 13 juni



Huifkarrentocht in de Vlaamse Ardennen! 12 augustus



Moederdag

Waarom hebben moeders zo'n groot hart?

Ik heb mij al dikwijls afgevraagd waarom een moeder nooit klaagt. Zelfs in een periode van pijn en smart verbergt moeder de zorgen in haar groot hart.

Alles begint in haar pas getrouwd leven, wanneer moeders het mogen beleven dat ze hun eigen lichaam ten dienste geven om hun eerste kindje te laten leven.

Daarna zorgt diezelfde moeder dag en nacht voor dat kindje dat ze op de wereld heeft gebracht. Om vervolgens met een bang hart aan de poort te staan wanneer haar sloeber voor het eerst naar school moet gaan.

Al zijn er ondertussen kinderen bij gekomen, nog zal die moeder blijven dromen om aan elk kind iedere dag te geven, de liefde die alleen moeders kunnen geven.

Al trappen kleine kinderen op moeders kleeft, geen moederhart dat daar ooit onder leed. Als grote kinderen trappen op moeders hart, zal zij alles vergeven, al heeft ze pijn en smart.

Eens de kinderen uit haar kroost zijn verdwenen, zal moeder om hun heengaan in stilte wenen. Samen met vader neemt ze echter een nieuwe start om de kleinkinderen te ontvangen in haar groot hart.

Zo beleeft grootmoeder opnieuw zorgen alle dagen omdat kleinkinderen om haar aandacht vragen. Hetzelfde wat ze vroeger aan haar kinderen heeft gegeven, wil ze nu met een groot hart aan haar kleinkinderen geven.

Daarom op deze moederkensdag vandaag zeggen wij : moeder of meter, wij zien je zo graag. Vandaag mag iedere moeder glunderen voor mijn part en overgelukkig zijn in haar onmetelijk groot hart.

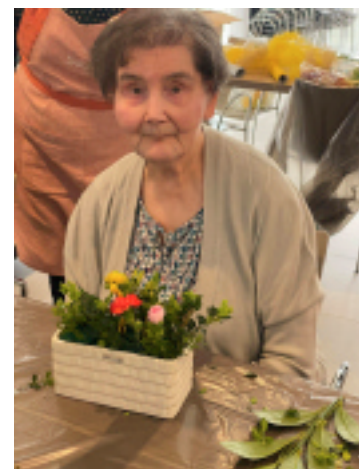




Waar het goed is te leven

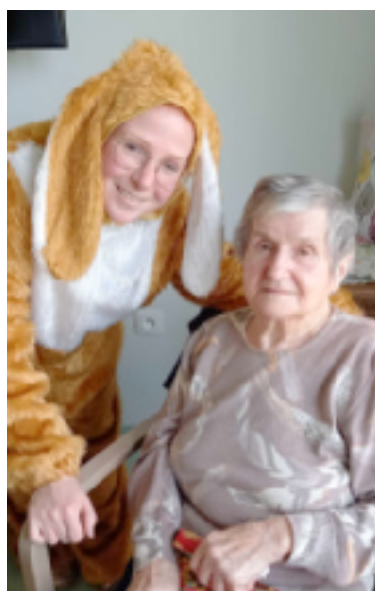
Eind maart organiseerden we een heerlijk uitgebreid Paasontbijt met alles op en aan. De bewoners genoten volop! Met dank aan het voltallige zorgteam en al de vrijwilligers om de ochtend vlot te laten verlopen!





Er werden mooie Paasstukjes gemaakt door de bewoners olv Sofie en de vrijwilligers.

De Paashaas deed zijn rondgang op de kamers, de leefruimtes en de flats met lekkere chocolaadjes.



Wist je dat?

Het aardbeienseizoen komt er terug aan en daar kijken wij al enorm naar uit. Hier zijn al enkele weetjes en tips over aardbeien:

Wist je dat aardbeien de eerste rijpe fruitsoort is in de lente?

Wist je dat de gemiddelde aardbei zo'n 200 zaadjes bevat?

Wist je dat aardbeien verwant zijn aan rozen? Ze geven een zachte geur af wanneer ze aan struiken groeien.

Wist je dat de Romeinen destijds geloofden dat aardbeien geneeskundige krachten hadden?

Wist je dat aardbeien goed zijn voor de huid? Ze zitten boordevol vitamine C. Napoleon was zo dol op het fruit dat hij in de zomermaanden zelfs regelmatig een bad nam in het sap van aardbeien. Per bad hadden ze daar ongeveer 12 kilo aardbeien voor nodig.

Wist je dat er meer dan twintig soorten aardbeien zijn?

Wist je dat er in België een museum is dat helemaal aan aardbeien gewijd is? Het Museum van de Aardbei bevindt zich in Namen.



Wist je dat je van aardbeien wittere tanden krijgt?

Wist je dat de kleurstof uit een aardbei kan dienen als natuurlijke lippenstift?

Wist je dat aardbeien hun waarde in smaak verliezen als ze in de koelkast bewaard worden? Als ze terug op kamertemperatuur zijn, smaken ze heerlijk!

Wist je dat het niet nodig is om aardbeien te wassen? Wil je het toch doen, verwijder het kroontje pas na het wassen, anders zuigen de aardbeien water op en verliezen ze hun smaak.

Wist je dat aardbeien één van de populairste fruitsoorten is in België? Je kunt er dan ook op verschillende manieren van genieten: uit het vuistje, met suiker, yoghurt, slagroom of in fruitsla? Natuurlijk zijn ze ook geweldig op een taart of met ijs. Probeer aardbeien zeker ook eens met chocoladefondue, de combinatie daarvan is overheerlijk!

Oude liedjes

Alle moeders - La Esterella

Mooi zijn ze allen de moeders der wereld
dag in, dag uit, wakend over hun kind.
Zij zijn het evenbeeld van een Madonna
die zonder voorkeur ons allen bemint.
Teer is de liefde van al onze moeders
maar zij staat sterk tegen dreigende macht.
Zo innig goed zijn zij, al onze moeders
dat zij zich opoff'ren zonder een klacht.
Het leven eist zijn prijs, de kind'ren worden wijs,
de moeders worden grijs,
maar wat ook verdwijnt, hun schoonheid die blijft.

Mooi zijn ze allen de moeders der wereld
de grootste schatten van goedheid en trouw.
En op die vrouwen, op al onze moeders,
daar heeft de mensheid haar hoop op gebouwd.
Moeders, Moeders, hoeveel zorg
heeft liefde u meegebracht.
't Leven is voor moeders één berusten.
Geen enk'le klacht komt er over uw lippen
als uw kind'ren eens gaan,
één voor één u ontglippen,
naar een eigen bestaan.

Mooi zijn ze allen de moeders der wereld
dag in, dag uit, wakend over hun kind.
Zij zijn het evenbeeld van een Madonna
die zonder voorkeur ons allen bemint.
Teer is de liefde van al onze moeders
maar zij staat sterk tegen dreigende macht.
Zo innig goed zijn zij, al onze moeders
dat zij zich opoff'ren zonder een klacht.
Het leven eist zijn prijs, de kind'ren worden wijs,
de moeders worden grijs,
maar wat ook verdwijnt, hun schoonheid die blijft.
Mooi zijn ze allen de moeders der wereld,
maar boven allen, de mooiste ben jij,
jij die mij 't best van jezelf hebt gegeven,
Mijn grootste geluk ben jij, moedertje mijn.



Lach van de maand

"Ik heb een sprookjeshuwelijk! Als ik thuiskom, zit er altijd een heks in de zetel te wachten op mij!"

Dertig jaar lang komt Jos elke morgen op tijd naar zijn werk. Hij is nog nooit een dag te laat geweest. Gisteren is hij voor het eerst te laat en zijn baas had al tienmaal op zijn horloge gekeken.

Om 9u30 ziet hij Jos binnenkomen met een verband om zijn hoofd en een door pijn vertrokken gezicht.

"Ik ben thuis van de trap gevallen", zegt Jos.

"Zo", antwoordt de baas, "En moest dat echt anderhalf uur duren?"



Op de babbel bij



Dag iedereen, Ik ben **Carolus Vandenhaute**. Ik ben opgegroeid in een warm gezin met vier broers en twee zussen. Mijn ouders hadden een boerderij in Huise. Ik heb zelf ook een boerderij gehad in Huise, maar ben dan verhuisd naar Scheldewindeke. Daar heb ik gewerkt als bedrijfsleider en dierenverzorger. Ik ben getrouwd met mijn grote liefde Maria Dhont. Samen hebben we vier zonen en een dochter. Vroeger was mijn werk mijn alles. Nu geniet ik vooral van het leven.



Dag iedereen, Ik ben **Lea Hermie**. Ik ben geboren en getogen te Scheldewindeke. Mijn ouders hadden een boerderij in de Schaperstraat. Ik heb enkele jaren op de boerderij gewerkt totdat ik getrouwd ben. In 1959 ben ik getrouwd met Henri Callaert. Samen hebben we twee kinderen. Één zoon Hans en één dochter Hilde. In mijn vrije tijd fietste en kaartte ik graag.



Pastoraal

Er zijn twee grote feesten in de meimaand dit jaar:

**Onze-Lieve-Heer Hemelvaart (9 mei)
- Pinksteren (19 mei)**

Op het feest van Onze-Lieve-Heer Hemelvaart wordt herdacht dat Jezus Christus is opgevaren naar God, zijn Vader in de hemel, 40 dagen na Zijn opstanding uit de dood.

O-L-H. Hemelvaart valt altijd op een donderdag, tien dagen vóór Pinksteren.



Jezus' hemelvaart maakte de weg vrij voor de uitstorting van de Heilige Geest, op Pinksteren. Tijdens het pinksterfeest wordt herdacht dat de Heilige Geest, de derde Persoon van de Allerheiligste Drie-eenheid, neerdaalde uit de hemel op de apostelen en andere aanwezige gelovigen.

Na Jezus dood op Goede Vrijdag en zijn verrijzenis op Pasen hadden de

leerlingen van Jezus nog veertig dagen lang (tot Hemelvaart) de steun van zijn aanwezigheid gehad waarbij hij hun nog eens uitlegde wat de betekenis was van alles wat hij gedaan had tijdens zijn openbare optreden. 40 dagen na Pasen werden de leerlingen door Jezus Hemelvaart alleen achtergelaten.

Wel had hij beloofd dat hij de Geest van God, de Heilige Geest zou sturen die hen geestelijk verder zou leiden en hen de kracht zou geven om getuigen van het Evangelie te zijn.

De mensen die nu vervuld zijn met de Heilige Geest gaan naar buiten en verkondigen het Evangelie in alle talen.

Hierdoor wordt de eerste Christelijke gemeente gevormd. Traditioneel wordt dit moment dan ook beschouwd als het beginpunt van de Christelijke Kerk.



Afscheid

Eglantine Verbanck

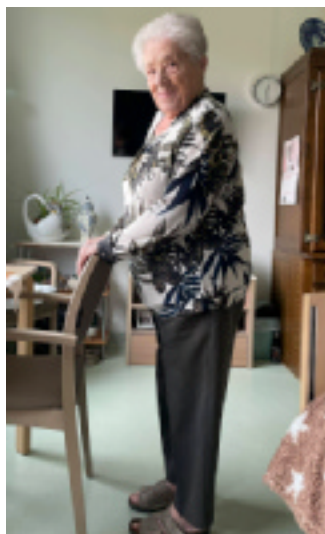
01/04/2024

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

De gebedsvieringen met Katrien en de pastorale vrijwilligers gaan door in de cafetaria op donderdag 2 mei, 16 mei en 30 mei. Iedereen welkom om 14u30!

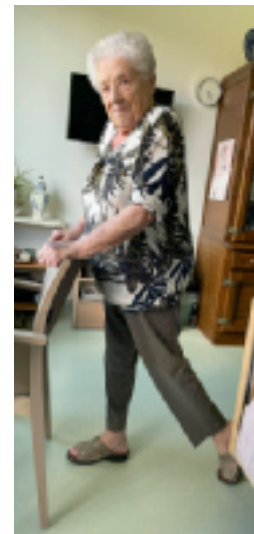
Deze maand gaan we **de bilspieren** versterken.

Telkens als we gaan zitten of rechtstaan, worden de bilspieren gebruikt en is het dus belangrijk dat deze sterk blijven. Deze oefeningen zijn niet eenvoudig om te doen, maar moeilijk gaat ook!



Bij de **eerste oefening** ga je rechtstaan. Hou je vast aan de tafel of aan de rugleuning van een stoel.

Doe je linkerbeen traag naar achter en terug naar de beginpositie. Opgelet: dit been moet je goed gestrekt houden! Doe dit 5x.
Strek nu het rechterbeen naar achter. Ga traag naar achter en naar voor. Doe dit ook 5x.



De **tweede oefening** kan je doen als je in bed ligt.



Lig plat op de rug. Plooi de benen naar een gelijkbenige driehoek. Ga nu steunen op de voeten en duw je buik en bovenbenen naar boven. Doe dit 3x.

Goed gedaan! De bilspieren hebben goed gewerkt!



Fit en gezond

Train je brein

Van welk materiaal zijn deze producten afkomstig? Verbind de juiste combinaties met elkaar.



1 ●

● A



2 ●

● B



3 ●

● C



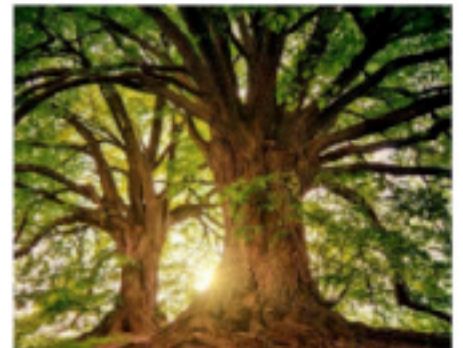
4 ●

● D



5 ●

● E



E	C	D	B	A
1	2	3	4	5

Oplossing:

In de meimaand vieren wij traditioneel Moederdag. Alle moeders genieten van hun feestdag maar voor sommige families wordt de dag ingevuld met een andere dynamiek. Het loslaten van hoe dingen 'zouden moeten zijn'. Dementie doet hierop beroep. Niemand kiest hiervoor maar velen begeven zich op dit pad met liefde en toewijding.

Wij delen enkele tips om deze waardevolle dag samen door te brengen.

Tradities naar mogelijkheden.

Hou steeds rekening met het comfort van de persoon: eenvoudig, kort, traag en herkenbaar. Niet teveel poespas zoals ze dit in de volksmond zeggen.

Bied rust.

Wat kan helpen is een rustige, vertrouwde omgeving met een klein aantal dierbaren. Dit kan meer ontspannen en genietbaar zijn dan grote groepen en luidruchtige omgevingen. Een korte wandeling is een voorbeeld van activiteit zonder dat er veel gesproken hoeft te worden.

Breng samen tijd door.

Het maakt niet uit hoe je die tijd samen invult, zolang je moeder zich goed voelt. Focus op de positieve momenten van de dag en probeer niet te veel te blijven hangen bij wat er misschien niet meer mogelijk is.

Herinneringen.

Foto's roepen gevoelens op, muziek uit jongere jaren, geurige bloemen, koffie/thee met haar lievelingsdessert of een zacht deken.

Toon affectie.

Eenvoudige gebaren van genegenheid zoals handen vasthouden, een zachte aanraking of een knuffel kunnen veel betekenen en gevoelens van liefde en veiligheid overbrengen.

Blijf positief.

Het is makkelijk om te verdwalen in de zorgen en het verdriet van dementie. Probeer echter de mooie momenten en de liefde die er nog steeds is te zien en te waarderen.



Wekelijks geeft onze kinesist Nico Tai Chi in de cafetaria. Deze keer werden zijn oefeningen ondersteund door klankschalen waarmee Sofie de bewoners volledig tot ontspanning bracht.



'Dat geeft iets extra aan zijn oefeningen'

'Dat is zo ontspannend!'



In de meimaand komt Sofie op woensdag 8 mei met haar klankschalen jullie onderdompelen in de relaxatiewereld tijdens de Tai Chi . Iedereen welkom om 9u30 in de cafetaria!

We vieren mee met ...

De jarigen van mei worden gevierd op maandag 27 mei op de afdeling Proficiat aan:

Lucia De Moor	03/05/1924	100 jaar!
Luc Schroé	05/05/1950	74 jaar
André Henydrickx	19/05/1932	92 jaar



Een positieve noot

Echte moeders zijn niet perfect en perfecte moeders zijn niet echt.

Yoga bij ouderen

Yoga is een prachtige ondersteuning voor lichaam en geest, ook als je al wat ouder bent. Van fysieke oefeningen tot meditaties, geestversterkende oefeningen en ademhalingsoefeningen. Op iedere leeftijd kan men hier de voordelen van ervaren.

We kunnen stellen dat hoe ouder een mens is, hoe meer ruimte voor verstilling en verdieping van de "zelf". Ook kunnen we stellen dat de meeste lichamelijke uitdagingen ontstaan op latere leeftijd. Maar ook emotionele uitdagingen zoals rouw komt doorgaans vaker voor op oudere leeftijd. Yoga kan hierin zowel emotioneel als fysiek uitkomst bieden voor ouderen.

Een stoelyoga les bijvoorbeeld is speciaal geschikt voor mensen op leeftijd die op een veilige manier aan lichaamsbeweging willen doen. De yogahoudingen worden zittend op een stoel uitgevoerd of staand achter de stoel. Indien het lichaam dit niet toelaat, worden de oefeningen aangepast.

Yogalessen voor ouderen worden vaak op een rustiger tempo gegeven. Dat biedt extra ruimte om je lichaam goed te voelen en de connectie met jezelf te versterken. Ouderen hebben vaak last van een korte, hoge, ademhaling. Daardoor hebben ouderen de neiging om sneller te ademen. Een yogales kan helpen om rustiger en dieper te ademen. Ook de concentratie kan verbeteren door het beoefenen van yoga, niet alleen bij ouderen, dit geldt voor alle levensfasen van de mens. Door korte meditaties tijdens de les en het focussen op een bepaald punt wordt geoefend met verhoogde concentratie. Deze oefeningen houden de geest jong en vitaal.

Tijdens yoga is er ruimte voor emoties en ruimte om te voelen. Yoga brengt lichaam en geest samen. Dit maakt het accepteren en loslaten van beperkende gedachten, pijnlijke gebeurtenissen uit het verleden en intense gevoelens gemakkelijker. Accepteren dat wat is, dat is. Dit geeft ook emotionele ondersteuning bij processen zoals verlies en rouw. Yoga verbetert de lichaamshouding, de bloeddruk en algehele gezondheid. Door met plezier te bewegen, ook al zijn de bewegingen nog zo klein, blijft alles soepeler en gaat het bewegen meer als vanzelf. Het gevolg is een zo flexibel mogelijk lichaam, een krachtige geest en voldoende energie om te blijven genieten van het leven.



JAARTHEMA

PROVINCIAAL DOMEIN DE GAVERS IN GERAARDSBERGEN

Op donderdag 13 juni trekken we richting Geraardsbergen. Rond 10u30 vertrekken we met het OCMW busje en een aantal personenauto's om een mooie dag te beleven in het prachtige natuurgebied De Gavers.



Deze foto is van vorig jaar, augustus 2023.

Programma: In de voormiddag maken we een rustige boottocht op het meer. De veerboot is rolstoeltoegankelijk waardoor rolstoelgebruikers niet hoeven uit te stappen en iedereen ten volle kan genieten van de natuur, de rust, de vogeltjes, het konkelende water...

Als middagmaal zullen we warme beenham met frietjes nuttigen in de cafetaria van het domein.

In de namiddag maken we een mooie wandeling rond het meer.

We sluiten de dag af met een tasje koffie en een kleine versnapering.

We worden terug thuis verwacht rond 17u.

Inschrijven ten laatste tegen 1 juni bij het animatieteam. Bijdrage is 20 euro per persoon.



Marktbezoeken zijn van start gegaan! Vanaf heden gaan we bij mooi weer om de twee weken naar de markt in Scheldewindeke. In mei gaat de markt door op 8 mei en 22 mei. We vertrekken om 9u15 aan het onthaal.

Rummikub wordt in de meimaand 3x gespeeld op afdeling De Lelie. Vrijdag 3 mei, 10 mei en 24 mei, telkens van 14u-16u.

Uitstap Bedevaart Oostakker Lourdes. Op maandag 13 mei trekken we richting Oostakker. Daar maken we de ommegang en lezen we gebedjes van kappelletje tot kappelletje. Aansluitend eten we een pannenkoek in Het Boerenhof. Inschrijven ten laatste 6 mei!

Feestmaaltijd op dinsdag 21 mei. Jullie worden verwend op dinsdag 21 mei op jullie afdeling met een lekkere koude schotel. Iedereen welkom om 10u30 voor het aperitief!

Handwerkclub op donderdag 23 mei. Zin in een breinamiddag of heb je herstellingswerken of naaiwerk? Kom aansluiten bij de hobbyclub op afdeling De Morgenster om 14u.

Verjaardagsfeest. We vieren de jarigen van mei op maandag 27 mei op de afdelingen. Iedereen welkom om 14u voor een lekkere tas koffie met stukje taart, aansluitend spelen we een spelletje!

Moederdag- en Vaderdagfeest. We vieren moederdag en vaderdag op vrijdag 31 mei in de cafetaria met een optreden van een accordeonist. Kom zeker meegenieten, meezingen en dansen vanaf 14u in de cafetaria!

Wat heeft de toekomst in petto?

Marktbezoek: woensdag 5 juni, woensdag 19 juni, vertrek 9u15

Uitstap De Gavers: donderdag 13 juni (zie affiche p.18)

Gebruikersraad: vrijdag 14 juni

Schoenenverkoop: in de cafetaria op maandag 17 juni om 14u

Feestmaal: dinsdag 18 juni

Verjaardagsfeest: maandag 24 juni

Zomerfeest: vrijdag 28 juni. We zetten de zomer in met DJ Wim tijdens een zomerfeest vanaf 14u!



Activiteitenkalender mei 2024 – Afdeling De Morgenster (benedenverdieping)

	Woensdag 1 mei	Donderdag 2 mei	Vrijdag 3 mei
	<u>DAG VAN DE ARBEID</u>	<u>15u15</u> Paternosterviering in de gang	<u>14u30</u> Verjaardagsfeest voor Lucie: 100 jaar!
Maandag 6 mei	Dinsdag 7 mei	Woensdag 8 mei	Vrijdag 10 mei
<u>9u</u> Samenlezen boekje Het Veldbloempje – Mei <u>14u</u> Toneel <u>15u30</u> Kaarten	<u>9u30</u> Turnen met Nele <u>14u</u> Bakken met Sofie <u>14u</u> Wandelclub	<u>9u15</u> Marktbezoek <u>9u30</u> Tai Chi in cafetaria met klankschalen	<u>9u30</u> Spreuken aanvullen en woorden zoeken
Maandag 13 mei	Dinsdag 14 mei	Woensdag 15 mei	Vrijdag 17 mei
<u>13u</u> Uitstap Bedevaart Oostakker Lourdes	<u>9u30</u> Turnen met Nele <u>14u</u> Namenbingo met Els <u>14u</u> Wandelclub	<u>8u45</u> Soepgroenten snijden <u>9u30</u> Tai Chi in cafetaria	<u>9u30</u> Kruiswoordraadsels en meer <u>14u</u> Fietsen
Maandag 20 mei	Dinsdag 21 mei	Woensdag 22 mei	Vrijdag 24 mei
<u>PINKSTERMAANDAG</u>	<u>10u30</u> Feestmaaltijd <u>14u</u> Petanque <u>14u</u> Wandelclub	<u>9u15</u> Marktbezoek	<u>9u30</u> Yoga in het ergolokaal <u>14u</u> Fietsen
Maandag 27 mei	Dinsdag 28 mei	Woensdag 29 mei	Vrijdag 31 mei
<u>9u</u> Schilderen <u>14u</u> Verjaardagsfeest	<u>9u</u> Tovertafel met Sofie <u>9u30</u> Turnen met Nele <u>14u</u> Wandelclub	<u>8u45</u> Soepgroenten snijden	<u>9u30</u> Fietsen bij mooi weer <u>14u</u> Moederdag- en vaderdagfeest met een accordeonist in de cafetaria
	Donderdag 30 mei	Donderdag 31 mei	
	<u>14u30</u> Mariaviering in de cafetaria	<u>14u30</u> Mariaviering in de cafetaria	