

Nieuws@home



"Familiewandeling"

"Orchideeënverkoop"

"Schoenenverkoop"



Pasen

12-14



Voedingszorg

9-11



Het leven zoals het is...

4-6



3	Voorwoord
4-6	Het leven zoals het is
7-8	Wist je dat
9-11	In de kijker
12-14	Pastoraal
15-16	Lief en leed
17-18	Train je brain
19	Lach van de maand
20	Kalender



Beste lezer,

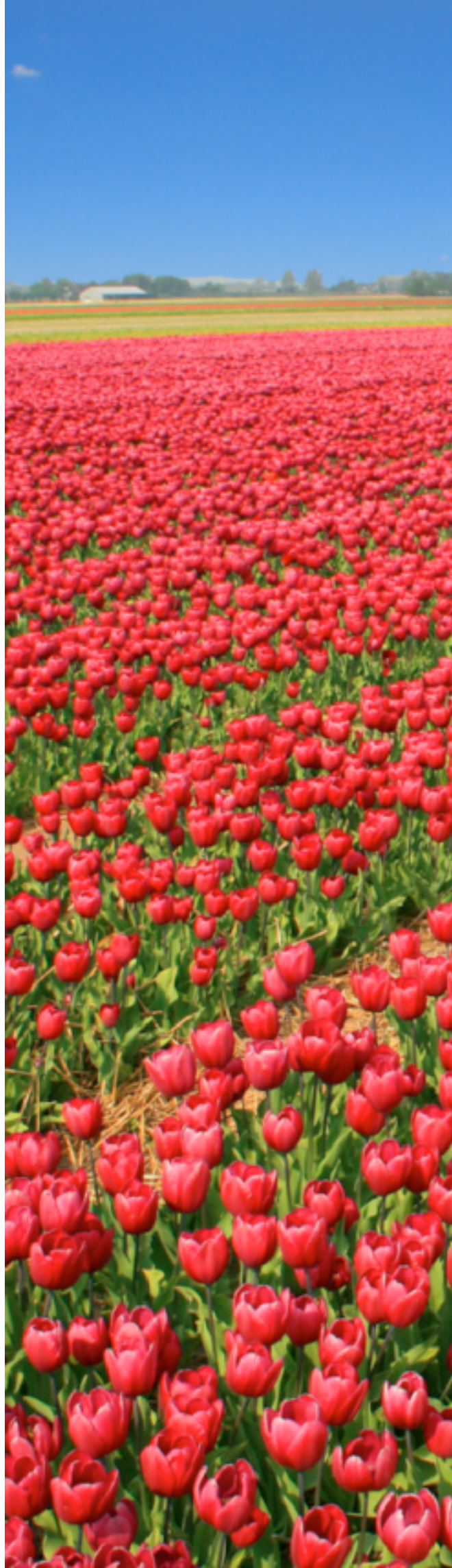
“De lente doet al dromen van de zomer die zal komen...” Hopelijk met niet al te veel aprilse grillen. (want vorige maand kregen we toch wel enkele maartse buien te verwerken, zelfs sneeuw...). Het weer kan in april nog heel onvoorspelbaar zijn. Dus we kunnen nog van alles verwachten. Maar hopelijk kan het lentezonnetje ons al wat verblijden en verwarmen.

Ook op 1 april kan er van alles gebeuren dat we niet verwachten, want dan worden er soms wel wat grappen uitgehaald. Hou je ogen op die dag maar goed open!

Een gewaarschuwd man is er twee waard! (en een gewaarschuwde vrouw vier, wordt wel eens gezegd)

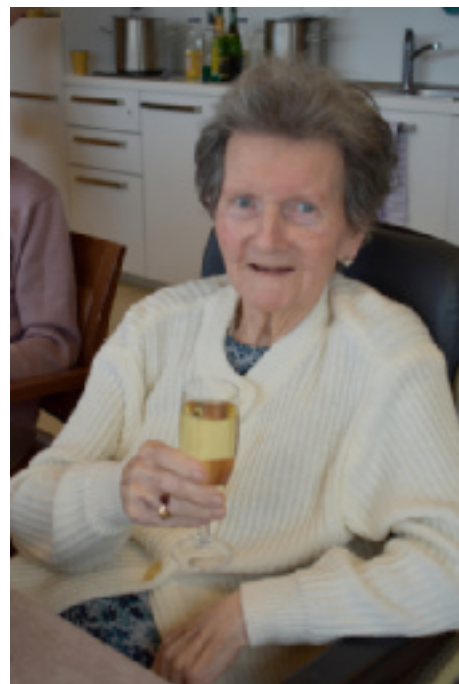
Weer of geen weer, we maken het in elk geval warm en gezellig binnenshuis, met een mooi en gevarieerd activiteitenaanbod.

Veel leesplezier!





Het leven zoals het is...





Het leven zoals het is...





Het leven zoals het is...





Wist je dat

we op vrijdag 7 april om 15u een bezinningsmoment houden in de Eikenlaan?

Op Goede Vrijdag staan we even stil bij
de kruisweg.



je dit jaar terug schoenen kan kopen van Medicura?

Op donderdag 27 april kan je in 't Kaffee (of bij mooi weer op het terras) terecht
voor een paar schoenen, pantoffels, sandalen. Wij vragen om op voorhand in te
schrijven zodat ze weten welk assortiment schoenen ze moeten voorzien.

U heeft keuze uit een divers gamma aan dames- en herenschoenen.

Iemand met diabetes of personen met rolstoel op
eigen naam hebben elk jaar recht op een door de
mutualiteit voorgestelde tegemoetkoming bij aankoop
van een paar schoenen, mits voorschrift van een
specialist.



Omdat het niet evident is om een voorschrift te verkrijgen van een specialist,
komt er een dokter naar ons woonzorgcentrum de week vóór de verkoop.
Daarom is het belangrijk om onderstaand strookje in te vullen en af te geven
aan iemand van het kine-ergo-animatieteam.

Naam:

Komt naar de schoenenverkoop in 't Kaffee op 27 april vanaf 14 u.

- schoenmaat:

Interesse gaat uit naar: (schrappen wat niet past)

*sandaal *pantoffel * gesloten schoenen



Wist je dat

we op paaszaterdag 8 april om 15u verwacht worden in de Stille Ruimte?

De paasviering wordt opgeluisterd door het koor CantAmore (het vroegere Sint-Martinuskoor) uit Avelgem.



we op 16 april voor de eerste keer een "trap niet in de val"-wandeling organiseren?

Een leuke familiewandeling met hapjes en opdrachtjes. Je vertrekt vanuit 't Kaffee. Zin om mee te doen? Schrijf je gerust nog in bij het onthaal of via de QR-code hierboven.

onze orchideeënverkoop terug doorgaat?

U kan één of meerder orchideeën bestellen ten voordele van onze animatiewerking. Bestellen kan je tot 25 april door onderstaande strook in te vullen en af te geven aan het onthaal. De orchideeën zijn tussen 9 en 11 mei af te halen bij de sociale dienst. Een ideaal geschenkje voor moederdag. Bedankt alvast voor uw steun!

Naam:

Familie van bezoeker/bewoner:

Besteltorchideeën waarvan wit en/of gekleurd

en betaalt hierbij (1 voor 15€ of 2 voor 25€)

o Orchidee mag op de kamer geleverd worden



In de kijker



Wonen en leven in het woonzorgcentrum anno 2023

Wat betekent de hedendaagse voedingszorg in ons woonzorgcentrum?

Het eetmoment is en blijft een belangrijk onderdeel in de dagindeling van onze senioren. Een 'h'eerlijke keuken versterkt het thuisgevoel. 'Genieten' op onze oude dag is voor iedereen een verlangen.

Een hapje, een drankje, een feestje met taart,... dit hoeft niet elke dag maar het hoort ook bij het leven hier in ons woonzorgcentrum.

Maar de nieuwe senior (en zijn familie) wordt ook steeds kritischer.

We proberen zoveel mogelijk rekening te houden met de leefstijl en houding van elke bewoner. Een belangrijke pijler hier in het woonzorgcentrum is dat je je eigen maaltijd zelf kan samenstellen en dat stimuleert het consumeren.

In totaliteit wordt er veel tijd besteed aan het eetgebeuren. Dit begint met de menukeuze, het bestellen van de ingrediënten, het bereiden en serveren, het afruimen, afwassen tot en met het opbergen.

Creatief gezond koken, ook in een woonzorgcentrum kan dit zeker! We doen dit door het gebruik van verse producten, meerkeuze-mogelijkheden van de maaltijden (met behulp van een computerprogramma), variatie in de recepten, maar met behoud van de klassiekers die onze bewoners graag lusten en ook via de vele activiteiten rond en met voeding door andere medewerkers dan het keukenpersoneel (denk maar aan de bakactiviteiten, soep maken op de afdeling, NiDo, enz).





Wat houdt een gezonde seniorenvoeding in?

Het is belangrijk om veel aandacht te besteden aan:

- * de smaak van de maaltijden: als het eten 'lekker' is, is dit beter voor de algemene toestand van de oudere, zowel fysiek als mentaal.
- * de juiste verhouding van de nodige voedingsstoffen, ook al is de genuttigde portie zeer klein, is belangrijk.
- * de consistentie van de voeding, dit wordt aangepast aan de wens/nood van de bewoner.
- * een gezellige omgeving, met voldoende tijd om rustig te kunnen eten.

Hoe doen we dit praktisch om een evenwichtige seniorenvoeding aan te bieden?

Door in eerste instantie de maaltijden te spreiden: namelijk 3 hoofdmaaltijden en 2 tussendoortjes ('s morgens en in de namiddag).

Daarnaast zijn voldoende eiwitten belangrijk voor senioren, dit is goed tegen infecties en in functie van weefselherstel.

Verder minimum 100 gram vers vlees per dag, de keuzemogelijkheid van vleeswaren of kaas bij broodmaaltijd 's avonds, tweemaal per week een eitje bij het ontbijt, eenmaal per week verse vis, dagelijks ook melkproducten (in sausen, een melkdessert 's middags en 's avonds, keuze voor karnemelkpap 's avonds) zorgt voor voldoende calcium en vitamine D.

Ook zorgen we voor voldoende koolhydraten deze zorgen voor voldoende energie en vezels.

Belangrijk is ook om het ontbijtgebeuren in de living te stimuleren, want samen eten doet beter eten. Op kamer eten is minder gezellig. We proberen ook om het gebruik van bruin brood en volkorenbrood aan te moedigen (bron van vezels en vitaminen) en ook hebben we dagelijks een ruim aanbod van vers fruit als tussendoortje. Dit geeft meer vezels en ook vitamine C.

Ook dagelijks de verse groentesoep levert vezels, vocht en mineralen, tevens als de rauwkostslaatsjes (dit wordt zowel 's middags als 's avonds aangeboden).

Bij het ontbijt is er een gevarieerd aanbod van allerlei toespizzen.

Het gebruik van goede vetten zorgt voor energie. Deze vetstoffen worden aangeleverd door gebruik te maken van vooral gezond bakvet en olijfolie. Bij het ontbijt is er keuzemogelijkheid tussen minarine en goede boter.

We stimuleren ook om voldoende te drinken en zo uitdroging en obstipatie tegen te gaan, door dagelijks fruitsap of frisdrank aan te bieden en voldoende water te voorzien, ook buiten de maaltijden. Bij senioren is het dorstgevoel minder aanwezig en blijft het belangrijk hen te stimuleren om regelmatig te



In de kijker

drinken. Dit wordt door het zorgpersoneel goed opgevolgd, onder meer door drankrondes.

Naast een evenwichtige voeding is er steeds voldoende beweging nodig. Dit stimuleert de voedsel- en spijsvertering en zorgt voor een goede opname van alle voedingsstoffen.

Hoe worden nu al die gegevens geregistreerd?

Vroeger werd er bij opname een maaltijdfiche per bewoner aangemaakt. Drie jaar geleden startten we met de digitalisering van onze maaltijdfiches. Het hoofddoel was om het voedingsbeheer - met een aangepast programma 'Alivio' - aan te pakken. Dit zorgt voor een betere communicatie en vooral het verkrijgen van een juistere directe registratie, om nog efficiënter te kunnen bedienen. Door deze digitalisering kunnen we ook voedseloverschotten reduceren, door nauwkeurig de voedselhoeveelheden van de oudere af te stemmen op zijn noden (met het afwegen van de ingestelde porties). Zo kan men de voedselkostprijs een beetje doen dalen.

Bij een verhuis naar ons woonzorgcentrum is er een intakegesprek met de bewoner (en zijn familie) over de maaltijdkeuzes, eventuele diëten en allergieën. Kiest men om op kamer te eten, dan wordt er tweemaal per week een bevraging gedaan door een medewerker. De maaltijd wordt dan geserveerd in een speciaal maaltijdbord met de vooraf ingegeven keuzes. Eet je in de living dan worden alle keuzemogelijkheden van die dag aangeboden en helpt een medewerker indien nodig graag bij de bediening.

Wij hopen zo flexibel in te spelen op vraag en aanbod, met aandacht voor een gezonde verantwoorde voeding.

Tevens worden zoveel mogelijk strenge diëten beperkt en wordt dit toegepast op vraag van de behandelende dokter.

De voedselveiligheid (hygiëne, voedsel-, temperatuurcontroles, algemene HACCP- wetgeving) wordt steeds nauwgezet opgevolgd door alle medewerkers van de voedingsdienst.

Het eet- en maaltijdgebeuren is een intensief werk dat zich iedere dag herhaalt, maar het doet telkens deugd om blijde bewoners te zien!

Het keukenteam zet zich 100% in om elke dag een evenwichtige en veilige maaltijd te presenteren.

Zijn er persoonlijke suggesties of voedingsproblemen, wij staan altijd klaar!

Smakelijk!



April

We zijn intussen april 2023. Wat vliegt de tijd toch snel! Deze maand vieren we ook Pasen, hét belangrijkste feest voor de christenen.

Pasen is de dag waarop de christenen de verrijzenis van Jezus herdenken. Volgens de Bijbel is Christus opgestaan uit de dood, op de derde dag nadat hij was gekruisigd (op Goede Vrijdag). Pasen is eigenlijk het belangrijkste christelijke feest. De gelovigen herdenken dat hun Messias gestorven is voor de zonden van de mens. Dit vormt de grondslag van ons hun geloof in het leven na de dood.



De christelijke traditie van het paasfeest vindt zijn oorsprong in het Jodendom. In het Jodendom vieren ze jaarlijks het Pesachfeest. Pesach, het Joodse Pasen, is het lentefeest dat de uittocht van het joodse volk uit Egypte, de bevrijding uit de slavernij van de Farao, herinnert. Pasen bestond eigenlijk al van vóór het sterven en verrijzen van Jezus. In tegenstelling tot Kerstmis (telkens op 25 december), valt Pasen elk jaar op een andere dag. In de eerste eeuwen vierde de christelijke kerk Pasen op dezelfde dag als het joodse Pesach (Pesach begint op de 15de dag van de Hebreeuwse maand Nissan (meestal in april) en duurt acht dagen). Het Concilie van Nicea wilde in 325 overgaan tot een zelfstandige berekening van de paasdatum. Sinds 325 wordt (het christelijke) Pasen gevierd op de eerste zondag na de eerste volle maan van de lente.





Als de volle maan valt op het begin van de lente, kan dan ook Pasen gevierd worden. En als de eerste volle maan van de lente op een zondag valt, wordt Pasen de volgende zondag gevierd. Geen vaste datum dus, maar wel valt Pasen altijd in de lente...

Maar wat hebben de paashaas en die chocolade-eieren dan eigenlijk te maken met ons geloof? En weet je, de paashaas heeft meer te maken met Pasen, dan we wel zouden denken... Er bestaat een christelijke uitleg voor de oorsprong van **paaseieren**. Het heeft alles te maken met de vasten, de periode net vóór Pasen, waarin christenen 40 dagen lang geen snoep, niet al te veel vlees, én geen eieren (mochten) eten. Na de vasten zouden er altijd eieren in overvloed zijn geweest. Zo zou de traditie ontstaan zijn om met Pasen de overschot op te eten, die de paasklokken of de paashaas kwam brengen. Maar er zijn ook theorieën dat de geschiedenis van het paasei nog veel verder teruggaat in de tijd. Het ei heeft namelijk in veel culturen een belangrijke symbolische betekenis, ook bij de Germanen. Het ei stond in die tijd namelijk symbool voor vruchtbaarheid en de lente. Voor nieuw leven dus, net zoals de verrijzenis van Christus. Boeren zouden eieren begraven hebben in hun akkers, in de hoop dat ze de grond vruchtbaar zouden maken.



Ook rond de oorsprong van de **paashaas** doen er gelijkaardige verhalen de ronde. Eén daarvan is dat de figuur van de paashaas komt uit een volksverhaal van de Teutonen (een Germaanse stam) over de godin Ostara.

Deze godin van de vruchtbaarheid zou een gewond vogeltje veranderd hebben in een haas om het te genezen. Die haas zou ieder jaar terugkomen met eieren als teken van dankbaarheid.

Is dit waar, of is dit eerder een mythe? Wie zal het zeggen... Wat het ook is, één ding weten we wel zeker: Pasen zou zonder al die verschillende culturen en religies nooit geworden zijn wat het vandaag is: een complexe, maar best wel mooie samensmelting van geloof, bijgeloof én traditie. Maar het is vooral een leuk feest, om samen te vieren met de mensen die je nauw aan het hart liggen, én natuurlijk ook met genoeg chocolade-eitjes en paashazen...



Graag wens ik jullie allen alvast een **Zalig Pasen!**
Geniet, en niet met mate! Van de chocolade eieren, en van elkaar!

Hartelijk,
Nele

De pastorale kalender

- 2 april: 10u: tv-mis op canvas vanuit de Basiliek O.-L.-Vrouw van Hanswijk in Mechelen (Palmzondag)
- 7 april: 15u: bezinning n.a.v. Goede Vrijdag in de living van de Eikenlaan
- 8 april: 15u: eucharistieviering in de Stille Ruimte en 't Kaffee, tgv Pasen, met het koor CantAmore uit Avelgem
- 9 april: 11u: tv-mis op één (Eurovisie) vanuit de Sint-Pieterskerk in Fribourg (Zwitserland)
- 16 april: 10u: tv-mis op één vanuit de Basiliek van het Heilig Bloed in Brugge
- 19 april: 10u30: eucharistieviering in de Stille Ruimte en 't Kaffee
- 23 april: 10u: tv-mis op NPO2 vanuit de Heilig Hartkerk in Roermond
- 30 april: 10u: tv-mis op één van het Noorderhart Mariaziekenhuis in Pelt



Lief en leed

Wij herinneren:

De Heer Henri Crommelynck

Mevrouw Marie-Jeanne Deflo

Mevrouw Jeannine Blomme

Mevrouw Ivonne Vandenhende, grootmoeder van Sabrina Quensier

Mevrouw Ghislaine Decock, schoonmoeder van Nancy Heyte

*Mensen staan zo weinig stil
bij wat “samen” zeggen wil.
Zij beseffen pas het groot gemis,
wanneer “samen” uit de wereld is.*

Proficiat aan... de communicanten van april!

- Ilya Vervaeke, zoon van Nele Vandommele, viert zijn Vormsel op 22 april
- Tobie Verheye, zoon van Elke Schiettecatte, viert zijn Vormsel op 23 april
- Jonah Deprez, zoon van Sabrina Quensier, viert zijn Vormsel op 23 april
- Lana Deprez, dochter van Sabrina Quensier, viert haar Vormsel op 23 april
- Migiel Segart, zoon van Lies Ducatteeuw, viert zijn Vormsel op 23 april
- Mathijs Vanheuerswijn, zoon van Koen Vanheuerswijn, viert zijn Vormsel op 23 april



In de Beukenlaan verwelkomen we:

De Heer Willy Rommens

Mevrouw Maria Lanneau

In de Krokuslaan verwelkomen we:

Mevrouw Lidia Vanwettere

Wij vieren de verjaardagen van:

Bewoners

02/04 Yvette Vandenberghe

09/04 Denise Herman

13/04 Omer Devos

17/04 Suzanna Soetens

19/04 Marie-Jose Gailliaert

20/04 Jacqueline Herpoel

25/04 Cecile Vuylsteke

Personeel

01/04 Julie Vandenberghe

07/04 Amber Gaillez

14/04 Ines Goemaere

17/04 Thalita Lambert

19/04 Alexander Saey

23/04 Ann De Baenst

24/04 Marlies Ruyschaert

Vrijwilligers

06/04 Kathy Gryson

07/04 Christine Vanleynseele

14/04 Jacques Vande Woestyne

18/04 Nadine Verfaille

24/04 Rosa Declercq

29/04 Dora Michels

Doordenkers

Het zit wel in een jaar, maar nooit in een eeuw. Altijd in een maand maar niet in een week. Wel in een dag maar niet in een uur. Rara wat is dat?

Noem drie opeenvolgende dagen zonder de volgende 7 woorden: maandag, dinsdag, woensdag, donderdag, vrijdag, zaterdag, zondag.

Wat kan de wereld rond gaan, maar blijft ondertussen in de hoek zitten?

In een put van 20 meter diep zit helemaal onderin een slak. De slak wil naar boven en begint te klimmen. Overdag stijgt de slak 5 meter, maar 's nachts daalt de slak 4 meter. Dat gaat zo elke dag door. Na hoeveel dagen heeft de slak de rand van de put bereikt?

Zeven bouwvakkers stappen één voor één in een lift. Boven stappen ze één na één weer uit de lift. Hoe lang zaten de bouwvakkers in de lift?

De letter A – gisteren, vandaag en morgen – een postzegel - Na 16 dagen: na 15 dagen heeft de slak 15 meter geklommen. Op de 16de dag is ze dus boven en hoeft ze 's nachts niet meer te dalen! - 2 minuten. Om 12:59(één voor één) stappen ze de lift in en 13:01 stappen ze de lift uit.



Train je brain

Puzzel april

In april zendt men de zotten op dril, ken jij deze zotte komieken uit vervlogen tijden?



Oplossing puzzelhoek maart :

Pfaff, Gooris, Verhulst, Planckaert, Bauer, Vermeire, Wellens, Meiland, De Pauw

Waarom kan
een ei niet
bevriezen?
Omdat het
een DOOLER
heeft!



Meester: "Jantje, als ik drie eieren op
tafel leg en jij legt er nog vier bij,
hoeveel eieren liggen er dan op de
tafel?" Jantje: "Drie, meester. Ik kan
namelijk geen eieren leggen".

Er liggen twee eieren in kokend
water. Zegt het ene ei: "Het is wel
erg heet hier". Zegt het andere ei:
"Je moet niet zeuren, daar word je
hard van".

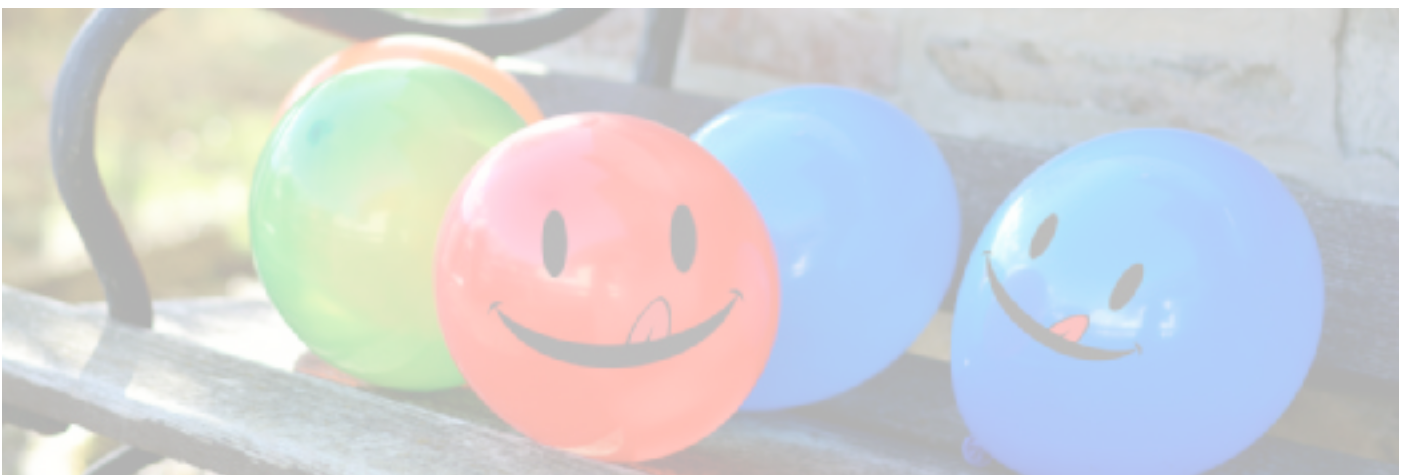


Ene kip tegen de
andere: "Ik heb
vannacht zo een hoge
koorts gehad dat ik een
hard gekookt ei heb
gelegd".

Twee eieren staan in de rij aan de
kassa van de winkel. Vraagt het ene ei
aan het andere: "Zeg hoe gaat het nu
met je broer?" Antwoord van het
andere ei: "Heel goed, hij is nu
advocaat".

Een man tegen een dokter: "Ik heb
precies gedaan wat u me gezegd heeft,
ik ben twee weken op vakantie
gegaan en voel me nu kiplekker. Ik
vraag me nu alleen nog af wanneer ik
eieren zal kunnen leggen."

Hans vraagt aan Piet:
"Waar ga je dit jaar naar toe met
Pasen?"
Piet antwoordt: "Naar Zicht."
"Naar Zicht? Waar ligt dat?"
"Dat weet ik ook niet, maar in de krant
stond: Mooi paasweer in Zicht."





Kalender

April 2023			maandag 3 april	dinsdag 4 april	woensdag 5 april	donderdag 6 april	vrijdag 7 april
Krokuslaan	VM	Tafeldecoratie Pasen	Kookactiviteit: soep van de dag		Hand /Voetverzorging	Huishoudelijke karwijties	Letterspel
Dahlialaan							
Begonialaan							
Krokuslaan	NM	Belevingsgerichte tuin/ Paasspel	Gymnastiek		The Pop Oldies	Netbal	Bezinning Goede Vrijdag in de Eikenlaan
Dahlialaan							
Begonialaan							
Krokuslaan	Paasmaandag	maandag 10 april	dinsdag 11 april	Feestelijk ontbijt/ soep van de dag	woensdag 12 april	donderdag 13 april	vrijdag 14 april
Dahlialaan							
Begonialaan							
Krokuslaan							
Dahlialaan	NM		Gymnastiek		The Pop Oldies	Hoger Lager	Kegelen
Dahlialaan							
Begonialaan							
Krokuslaan	VM	maandag 17 april	dinsdag 18 april	Kookactiviteit: soep van de dag	woensdag 19 april	donderdag 20 april	vrijdag 21 april
Dahlialaan							
Begonialaan							
Krokuslaan	NM	Raad het woord	Gymnastiek		Eucharistieviering	Rolstoelkuis	Hand/voet verzorging
Dahlialaan							
Begonialaan							
Krokuslaan	NM				Verjaardag Marie-José	Muzikale Bingo	Wandeling bij mooi weer
Dahlialaan							
Begonialaan							
Krokuslaan	VM	maandag 24 april	dinsdag 25 april	Kookactiviteit: soep van de dag	woensdag 26 april	donderdag 27 april	vrijdag 28 april
Dahlialaan							
Begonialaan							
Krokuslaan	NM	Erfgoed van Avelgem en omstreken /Petanque	Gymnastiek		The Pop Oldies	Schoenenverkoop Medicura/ Parachute	Coupe vers fruit
Dahlialaan							
Begonialaan							