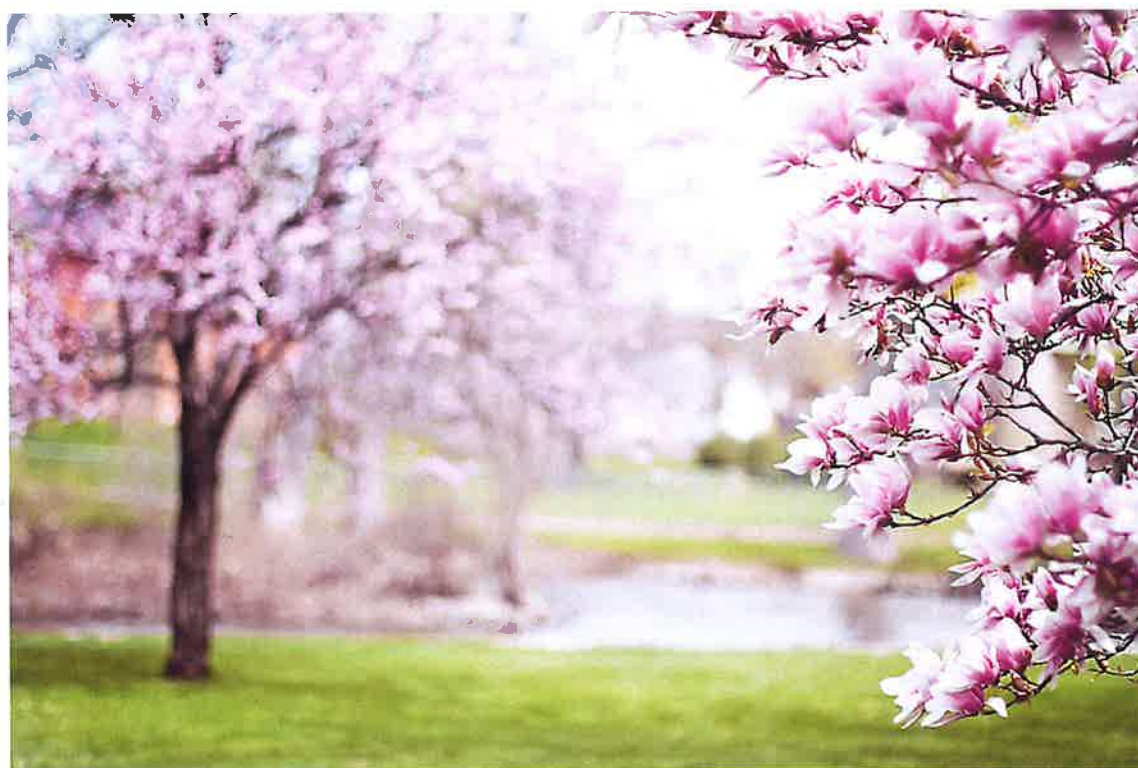


# 'T VIJVENSGAZETJE

**APRIL 2024**



**1 APRIL: PAASMAANDAG &  
GRAPPENDAG/VERZENDERKESDAG**



**Kloosterstraat 18  
9750 Kruisem**

**[www.vijvens.be](http://www.vijvens.be)  
[www.facebook.com/VzwVijvens](https://www.facebook.com/VzwVijvens)**

# Inhoudstabel

Inleiding

Verjaardagen

Overledenen

Dokterspraatje

Lokaal dienstencentrum ' De Vijf Huizen'

Poaters'n hof

Wist je datjes

- Geboortes

Tussendoortjes

- Dementie
- Communicanten
- Aprilse grillen
- Weerspreuken
- Week van de valpreventie

Pastoraal

Kleuren voor volwassenen

Puzzelhoek

Facebookhoekje

Vorbije activiteiten



## Inleiding

*Beste bewoners, familie, medewerkers en vrijwilligers,*

*Het komend weekend is het Pasen, dat betekent naast de gebedsvieringen, ook feest in de gemeente Kruisem. Deze week werden de Ei-games*



*georganiseerd voor senioren en*

*seniorenverenigingen in de voormiddag. In de namiddag waren de bewoners van WZC's, CDV's en andere voorzieningen aan de beurt. Ik kan u verzekeren dat de bewoners van vzw Vijvens, hun beste beentje hebben voorgezet! Iedereen wilde wel één van de mooie prijzen winnen. Er was veel competitie.*

*Het komend weekend zal het een uurtje korter slapen zijn. Voor de medewerkers met een vroegdienst is het dan nóg vroeger op. We staan er niet altijd bij stil, maar het vroege opstaan om op tijd op het werk te zijn, is niet altijd even fijn. Zeker niet in het weekend. Chapeau daarvoor!*

*En heeft u het al gezien? Het groen begint al goed te groeien, het gras is op sommige plaatsen al gemaaid, de bloembollen laten zich van hun mooiste kant zien en ook de bomen tooien zich langzaam weer in hun groene pracht. Het is fijn om naar buiten te gaan en te genieten van de eerste zonnestrallen. Dat zal ook de renners van de verschillende wielervedstrijden deugd doen, die de komende weken langs de Vlaamse wegen rijden.*

*Ook in onze huizen zal er binnenkort weer veel te beleven zijn. Er wordt veel gefeest, gelachen, bewogen, gebakken en gezongen. Het is zo mooi om te zien hoe de medewerkers de bewoners zo goed kennen, ze weten wat de bewoners graag hebben en proberen hier zo veel als mogelijk op te letten. En soms gaat er iets mis, helaas. Iedereen probeert zijn uiterste best te doen, maar ook in vzw Vijvens wordt wel eens iets vergeten of gaat iets verkeerd. Als u dit merkt, laat het ons gerust weten. Dit zijn voor ons verbeterpunten, we kijken dan wat er mis is gelopen en gaan in gesprek om te voorkomen dat iets dergelijks zich nog voordoet.*

*Daarom doen we ook mee met een kwaliteitsbevraging vanuit het Vlaams Instituut voor Kwaliteit van Zorg en de Ouderenraad. Hiervoor zullen enquêteurs langs komen en een aantal bewoners bevragen. In het najaar zullen mantelzorgers en/of familieleden van bewoners worden bevraged. Met de resultaten van deze bevraging zullen we vervolgens aan de slag gaan om wonen en leven en zorg te verbeteren.*

*Ik wens u in ieder geval veel plezier met de artikels die deze maand voor u zijn verzameld.*



*Genegen,*

*Petra Boeije*

*Algemeen directeur*

# Verjaardagen

## \* *Verjaardagen bewoners*

Donderdag 4 april	Mevrouw Vanden Bossche Christine 90 jaar
Zaterdag 6 april	Mevrouw Nuyttens Lydia 98 jaar
Donderdag 18 april	Mevrouw Cosijns Cecile 95 jaar
Woensdag 24 april	Mevrouw Vandevelde Malfada 89 jaar
Donderdag 25 april	Mevrouw Verschelden Marie 88 jaar

## \* *Verjaardagen medewerkers*

Dinsdag 2 april	De heer Sierens Korneel
Vrijdag 5 april	Mevrouw Van de Wiele Sonja
Dinsdag 9 april	Mevrouw Valcke Rita
Zondag 14 april	Mevrouw Deconinck Eveline
Maandag 29 april	Mevrouw Deschaumes Rozemieke



## Overledenen



*Mevrouw Vanaelst Odette* overleed op 28 februari. Ze werd 94 jaar.

Op 1 maart overleed *de heer Lecluyse Hilaire* op 94-jarige leeftijd.



*Mevrouw Bekaert Rosa* verliet ons op 9 maart op 89-jarige leeftijd.

*Mevrouw Hoste Edieth* overleed op 10 maart, ze was 85 jaar.





*Mevrouw Boonaert Maria overleed op 20 maart, ze was 94 jaar.*

*De heer Dhondt Marc, oud-bestuurder Home Nazareth / vzw Vijvens, overleed op 4 maart. Hij werd 63 jaar.*



---

De Raad van Bestuur, directie, bewoners, medewerkers en vrijwilligers van vzw Vijvens bieden de familie van de overledenen hun oprechte deelneming aan.

# Dokterspraatje

## Pijn in de kuit: oorzaken, symptomen en behandelingen

*Door: Dr. Renaat Verplaetse, CRA Home Sint-Petrus*

Pijn in de kuit is een veelvoorkomend symptoom dat verschillende oorzaken kan hebben, variërend van milde spierpijn tot ernstige medische aandoeningen. Het kan plotseling optreden of zich geleidelijk ontwikkelen, en het kan gepaard gaan met andere symptomen, zoals zwelling, roodheid en beperking van de mobiliteit. In dit artikel bespreken we de mogelijke oorzaken, symptomen en behandelingen van pijn in de kuit.

### Oorzaken van pijn in de kuit

**Spierkrampen:** dit is een veel voorkomende oorzaak van kuitpijn, vooral tijdens of na fysieke activiteit. Spierkrampen worden vaak veroorzaakt door overbelasting, uitdroging of een tekort aan bepaalde mineralen zoals kalium en magnesium

**Verrekking of scheur van de kuitspier:** overmatige inspanning of een plotselinge beweging kan leiden tot een verrekking of scheur van de kuitspier, wat intense pijn en mogelijk zwelling veroorzaakt

**Shin Splints:** dit verwijst naar pijn langs de binnenrand van het scheenbeen die kan uitstralen naar de kuit. Het wordt vaak gezien bij hardlopers en andere atleten als gevolg van herhaalde stress op de spieren en botten van het onderbeen

**Vaatproblemen:** aandoeningen zoals toeslibbende slagaders kunnen leiden tot verminderde bloedtoevoer naar de benen wat



pijn en krampen in de kuit veroorzaakt tijdens het lopen of andere activiteiten. Veneuze insufficiëntie: treedt op wanneer de kleppen in de aderen van de benen niet goed functioneren, waardoor bloed terugstroomt en zich ophoopt wat kan leiden tot pijn en zwelling in de kuit. Ontstekingen van aders met klontervorming (tromboflebitis) veroorzaken meestal lokale roodheid en pijn

**Irritatie of afklemming van een zenuw in de onderrug**  
**Infectie of wondroos**

### Symptomen van pijn in de kuit

Scherpe, stekende pijn in de kuit tijdens of na fysieke activiteit

Soms ontstaat een bloeduitstorting

Zwelling, roodheid of warmte in het getroffen gebied

Beperking van de mobiliteit of moeite met lopen

Gevoeligheid bij aanraking van de kuit

Bij zenuwinklemming kunnen verlamningsverschijnselen optreden

### Behandeling voor pijn in de kuit

**Rust en ijs**: bij acute blessures kan rusten en het toepassen van ijs gedurende 15-20 minuten meerdere keren per dag de pijn helpen verminderen en ontstekingen verminderen

**Rekoefeningen**: zodra de acute pijn is afgenomen, kunnen zachte rekoefeningen voor de kuitspieren helpen om de flexibiliteit te

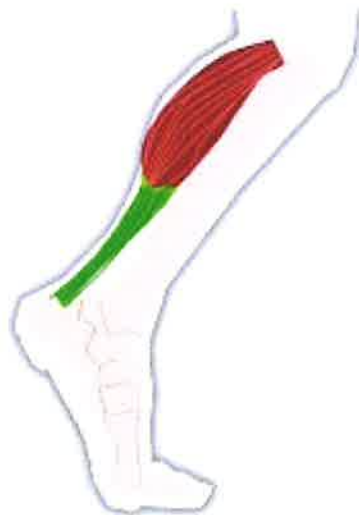
verbeteren en het risico op toekomstige blessures te verminderen

**Pijnstillers:** pijnstillers en ontstekingsremmers zoals Ibuprofen of paracetamol kunnen gebruikt worden om pijn en ontsteking te verminderen

**Fysiotherapie:** voor ernstige blessures kan kinesitherapie worden aanbevolen om de spieren te versterken, de mobiliteit te verbeteren en te helpen bij het herstelproces

**Medische interventie:** in sommige gevallen, zoals bij ernstige spierscheuren of vaataandoeningen of bij zenuwinklemming of infecties, kan medische interventie zoals chirurgie of medicatie noodzakelijk zijn

Bij aanhoudende of ernstige kuitpijn is het belangrijk om een arts te raadplegen voor een juiste diagnose en behandeling. Het negeren van pijn in de kuit kan leiden tot verergering van het probleem en langdurige complicaties.



# Lokaal dienstencentrum

## 'De Vijf Huizen'

Door: Ines en Jarno

Hallo allemaal,

Graag houden wij jullie op de hoogte van het reilen en zeilen binnen ons lokaal dienstencentrum 'De Vijf Huizen'. We werpen even een terugblik op de activiteiten die de afgelopen maand aan bod gekomen zijn:

### Dialectenquiz

Op 26 februari organiseerden we een heuse dialectenquiz waarbij we de verschillende Vlaamse dialecten onder de loep namen en onze kennis testten daaromtrent.

Er waren 5 ploegen van telkens 3 personen die het tegen elkaar opnamen.

In verschillende rondes moest je raden vanuit welke streek bepaalde dialectuitspraken en dialectwoorden kwamen. Daarnaast was er ook een ronde waarin je moest raden wat er in het dialect gezegd werd. De deelnemers waren alvast enthousiast over de quiz.



## Infosessie Gezonde Buurt CM 'Heb ik recht op een verhoogde tegemoetkoming'

Wanneer je een beperkt inkomen hebt, kan je recht hebben op de verhoogde tegemoetkoming (VT-statuuT). Je betaalt dan minder voor gezondheidszorg en hebt nog andere financiële voordelen. De CM-consulent loodst je doorheen deze wetgeving en de voorwaarden.

Op dinsdag 5 maart namen maar liefst 40 personen deel aan de gratis leerrijke en boeiende infosessie.



## Samen kokerellen: gevulde zoete aardappel

Op 12 maart werd er samen gezellig gekookt en gesmuld van heerlijk gevulde zoete aardappel.



## Praatcafé mantelzorg i.s.m. Zorgnetwerk Kruisem: over veranderde relaties bij ziekte en pijn

Hoe op een goeie manier omgaan met ziekte of pijn geldt niet enkel voor de persoon die ziek is maar ook voor de omgeving. Iedereen die deel uitmaakt van het leven van de persoon die ziek is, zijnde de partner, familie, vrienden, buren, heeft een (positief of negatief) effect op het verwerkingsproces dat de persoon die ziek is, doormaakt. Hoe ervaart de omgeving het ziek zijn en wat kunnen ze doen om een steun te zijn voor de persoon die ziek is?

Op maandag 18 maart ging een leerrijke en interactieve infonamiddag door over de uitdagingen die gepaard gaan met het omgaan met een langdurige of chronische ziekte.

De aanwezigen mochten hun verhaal, hun vraag of nood naar voren brengen, konden anderen beluisteren en kregen tips waarmee ze als mantelzorger of familielid verder aan de slag konden. De aanwezigen voelden zich gehoord en gesterkt om verder met goeie moed de zorg te blijven opnemen.



## Paasstuk maken

De deelnemers gingen aan de slag met een isomo paasei dat ze beplakten met tape, schilderden en vernisten. In het midden van het paasei steekt een buisje dat kan gevuld worden met water om een bloem, krulwilg en katjes tak in te plaatsen. Het was vooral een fijn werkje om het ei helemaal rond te beplakken met tape, maar het resultaat mag er zijn!



## Bewegen: stoelyoga

Yoga is voor alle leeftijden. Bij stoelyoga vervangen we de mat door een stoel. Deze sessie is gericht op ontspanning en bewustzijn, opmerkzaam zijn en om je aandacht te richten op de ademhaling.

Yoga versterkt de spieren, maakt gewrichten soepeler, verbetert de motoriek en vermindert spanningen en pijn.



### In de kijker:

Onderstaande activiteiten staan binnenkort op de planning:

- o maandag 8 april (14u30-16u): hobby → kaarsen maken (5 €/pp)
- o vrijdag 19 april (10u30-12u): hobby → natuurlijk waspoeder maken met herboriste Ingrid (5 €/pp)

### Week van de valpreventie:

- o dinsdag 23 april (14u30 - 16u30) Infosessie: Hoe vallen voorkomen? (gratis m.u.v. consumpties)
- o woensdag 24 april (8u30 tot 10u30) Gezond ontbijt boordevol vitamines (10 €/pp)
- o vrijdag 26 april van 14u30 tot 16u00 Blijven bewegen: petanque (gratis m.u.v. consumpties)

Vooraf inschrijven voor de activiteiten is gewenst en kan op de volgende manieren:

- o telefonisch op: 09/333.30.34
- o mail: [ldc@vijvens.be](mailto:ldc@vijvens.be)
- o Facebook: LDC 'De Vijf Huizen' → like onze pagina en blijf op de hoogte van alle activiteiten

Tot binnenkort met meer nieuwtjes!

Ines De Graef en Jarno Vermeeren

Centrumleiders lokaal dienstencentrum 'De Vijf Huizen'

Passionistenstraat 23/0002 - 9770 Kruisem





# Poaters'n hof

Door: Marthe & Ines



De tuin komt meer en meer tot leven. Er waren al heel wat wandelaars in de tuin om te genieten van de narcissen en de zon. De buitenlucht... het doet zo'n deugd.



Ondertussen werden er 4 prachtige picknickbanken geplaatst. En ook de moestuinbakken werden in elkaar gezet. Hoedje af voor de technische dienst, die met heel wat vijzen aan de slag moest.

Ook de troostplek werd omarmd door een wilgentenenschutting, deze werd eind maart geplaatst door de WAAK, dit is een maatwerkbedrijf uit Kuurne.





Er werd samen gezeten om de moestuin vorm te geven. Welke materialen hebben we allemaal nodig? Wat gaan we planten en zaaien? Welke potgrond is het best? ...



Ondertussen zitten de kweekbakken al vol zadjes en met veel liefde, licht en water zullen ze gauw mogen worden overgeplant in de moestuinbakken buiten. Nog wachten op de potgrond en we kunnen volledig van start.

Nu maar duimen dat het even droog blijft zodat we van al dit moois kunnen genieten.

Tot gauw voor verder verslag!



Locatie 'Poaters'n hof':

Campus Waegebrughe, Passionistenstraat 19, 9770 Kruisem

## Wist je datjes...

### Geboortes

Rita Bracke (leefgroepmedewerker) werd op 11 maart voor de derde maal oma. Dit keer van **Hannah**, het derde kindje van haar dochter Marlies.

Veel geluk!



*Hannah*

---

Els Viaene (verpleegkundige) is op 16 maart bevallen van haar 2<sup>de</sup> dochtertje **Estée**, een zusje voor Elena.

*Estée*

# Tussendoortjes

## Dementie

### HOE HERKEN JE IEMAND MET DEMENTIE? 10 SIGNALLEN



#### VERGEETACHTIGHEID

- Nieuwe informatie, belangrijke data of gebeurtenissen vergeten
- Steeds opnieuw dezelfde vragen stellen

#### PROBLEMEN MET DAGELIJKSE HANDELINGEN

- Moeite hebben met het uitvoeren van gewone handelingen en de volgorde daarvan, zoals bij het boodschappen doen en aankleden
- Lastiger dingen kunnen plannen en regelen

#### VERGISSINGEN IN TIJD EN PLAATS

- Verdwalen op een vaste route
- Niet weten welke dag het is

#### TAALPROBLEMEN

- Gesprekken moeilijk kunnen volgen
- Niet of slecht op woorden of namen kunnen komen

#### KWIJTRAKEN VAN SPULLEN

- Niet meer weten waar spullen gebleven zijn
- Spullen op vreemde plekken neerleggen

#### TERUGTREKKEN UIT SOCIALE ACTIVITEITEN

- Minder dingen uit zichzelf ondernemen
- Minder contact zoeken met anderen
- Verlies van sociale netwerk

#### SLECHT BEOORDELINGSVERMOGEN

- Situaties lastiger kunnen inschatten
- Moeilijker keuzes kunnen maken

#### VERANDERINGEN IN HET GEDRAG EN KARAKTER

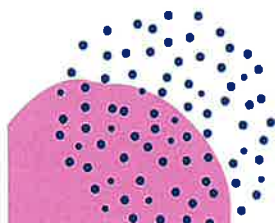
- Ander gedrag laten zien (verward, achterdochtig, angstig of verdrietig)
- Een stemming die zonder duidelijke reden omslaat

#### ONRUST

- Telkens op zoek zijn naar iets
- Steeds willen opruimen
- Vaak het gevoel hebben iets te moeten

#### PROBLEMEN MET ZIEN

- Afstanden minder goed kunnen inschatten
- Moeite met lezen en het waarnemen van kleur en contrast
- Dingen zien die er niet zijn



# HOE GA JE GOED OM MET IEMAND MET DEMENTIE?



**GOED** is een ezelsbruggetje voor:

## Geruststellen

Praat op kalme toon, stel jezelf voor en stel gerust. Probeer niet te verbeteren, maar wees juist bemoedigend in het contact.

## Oogcontact

Maak oogcontact om na te gaan of je wordt begrepen. Geef de persoon met dementie de tijd om te reageren. Gebruik korte zinnen en stel simpele vragen. Liefst één vraag per keer. Probeer geen vragen te stellen over dingen die kort geleden zijn gebeurd.

## Even meedenken

Vraag de persoon met dementie of je mag helpen. Leef mee met ideeën en wensen en betrek hem of haar bij de oplossing. Zeg wat je gaat doen.

## Dankjewel

Sluit het gesprek goed af. Dankjewel dat je iemand met dementie hebt geholpen. Zo help jij mee de wereld dementievriendelijker te maken.

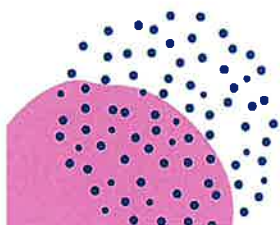
Aanvullende omgangstips:

Vat boosheid of wantrouwen van iemand met dementie niet persoonlijk op.  
Praat mét iemand met dementie en niet over iemand.

**Wil je meer informatie of heb je een vraag omtrent dementie? Heb je nood aan omgangstips?**

Aarzel niet om ons te contacteren  
[dementie@vijvens.be](mailto:dementie@vijvens.be)

Referentiepersonen dementie  
Lindsay Colman  
Marthe Deneckere





Wij zijn op zoek naar...

**Oude materialen uit de jaren '50 - '60.**

Graag maken we met deze voorwerpen een herinneringsdoos en willen we nog meer huiselijkheid creëren. Kan je ons daarbij helpen?

### Wat is herinnering?

Herinnering is het bewust ophalen van herinneringen met behulp van foto's, voorwerpen, muziek, geuren, smaken, ... Personen met dementie hebben moeite om recente gebeurtenissen te onthouden, maar houden ervan om te vertellen over vroeger. Door herinneringen op te halen, kunnen ze bijdragen aan het gesprek wat zorgt voor meer sociaal contact, een grotere tevredenheid en een positievere zelfwaarde.

### Wat zoeken we allemaal?

Materialen uit het huishouden bijvoorbeeld: een strijkijzer, koffiemolen, koffiekannet, wasbord, zinken kuip, oude waspelden, oude kookpot, melkkan, kolenkan, koekendozen, ...

Maar ook oude foto's, paternosters, oude naaipatronen, wijwatervaatje, speelgoed, pop, stuk zeep, verpakking waspoeder, kledij zoals een werkschort, naaigerief, oude brieven, telefoon, tv, scheerkwast, ...



Indien je iets van deze spullen hebt en het graag doneert, neem dan contact op via [dementie@vijvens.be](mailto:dementie@vijvens.be) of 09 333 30 11.

Marthe Deneckere  
Referentiepersoon dementie



## Communicanten

*De Langhe David*, kleinkind van *Bracke Rita* (leefgroepmedewerker) viert zijn 1<sup>ste</sup> communie op 27 april.

*Lefebvre Guust*, zoon van *Rotsaert Sanne* (sociaal assistente) viert zijn 1<sup>ste</sup> communie op 11 mei.

*Verschuere Odyle*, dochter van *Verschuere Iene* (kinesiste) (*Iene Verschuere*), doet haar Vormsel op 18 mei.

*Van Autreve Lentel*, dochter van *Van Autreve Charlotte* (verpleegkundige) viert haar lentefeest op 15 juni.

*Minne Merel*, dochter van *Penning Jesscia* (zorgkundige) viert haar lentefeest op 15 juni.

**PROFICIAT & MAAK ER EEN MOOIE DAG VAN!**





## Aprilse grillen

Door: Lander Van den Abeele

*Ze zeggen soms april heeft zijn grillen  
De ene keer doet hij jou hevig rillen  
En is het ellendig koud  
Iets waar geen mens van houdt  
Dan weer straalt de zon overdadig  
En zijn de weergoden ons bijzonder genadig  
Soms valt de regen met bakken uit de lucht  
Opgelusterd door een donderslag niet bepaald een klucht  
Of we nu paaseieren rapen  
Of een uurtje minder mogen slapen  
Met april heb je geen houvast  
Zijn wispelturigheid heeft al menigeen verrast*



## Weerspreuken

*April doet wat hij wil.*

*April veel regen, brengt rijke zegen*

*April koud en mei warm, geen boer wordt er arm.*

*Zelfs aprilletje zoet heeft nog wel eens een witte hoed.*

*Sneeuwt april nog op onze hoed, is voor druiven en koren goed.*

*Verschaft april mooie dagen, dan pleegt de mei de last te dragen.*

*April koud en nat, vult schuur en vat.*

*De vrouwen en de aprilten, hebben beiden hun grillen.*

*De heren en de aprilten, bedriegen die zij willen.*

*Wil april niet vertrouwen, hij is en blijft de ouwe. Nu lacht hij vals met zonnegloren en gooit dan weer met hagelstenen om je oren.*



## Week van de valpreventie



We nodigen jullie graag allemaal uit om opnieuw deel te nemen aan de 'Week van de valpreventie'! Deze gaat eind april door, en dit voor de 13<sup>de</sup> keer al. We organiseren een ultramarathon.

Deze campagneweek heeft als doel iedereen te informeren en te sensibiliseren over val- en fractuurpreventie. Want ook in ons woonzorgcentrum valt gemiddeld 1 bewoner per jaar.

Enkele cijfers:

- Bij 65-plussers vallen 3 op de 10 mensen minstens 1 keer per jaar.
- Bij 75-jarigen is dit al 4 op 10.
- Gemiddeld vallen 65-plussers 3 keer per jaar.
- 77% van de ouderen wordt opgenomen op de spoeddienst na een val.
- Een val kost gemiddeld € 28 000 euro aan ziekenhuis-kosten.
- Heupbreuken kosten het meest.
- De kosten van het vallen (operatie, ziekenhuisopname, kinesitherapie,...) bedragen € 2 300 000 000, dit is 2 miljard 300 miljoen.

*Het zou de ziekteverzekering veel minder kosten als iedereen preventief, op maat, gaat trainen.*

In de week van de valpreventie organiseren we verschillende activiteiten. Er zal een oefenprogramma, op maat, opgesteld worden. Iedereen beweegt!

Uit onderzoek blijkt dat een beweegprogramma beter het volgende bevat:

- 150 min per week bewegen (= een half uur gedurende 5 dagen)
- 75 min aan een hogere intensiteit oefenen
- Ook evenwichtsoefeningen en spierversterkende oefeningen integreren.

*Na 6 maanden oefenen, vallen de mensen die een oefenprogramma volgen, aanzienlijk minder.*

Een beweegprogramma heeft een positieve invloed op:

- Je alertheid
- Vermindert valincidenten
- Vermindert slaapproblemen
- Vermindert obesitas
- Vermindert decubitus



Onze ultramarathon ziet er als volgt uit:

	de hele dag	voormiddag	namiddag
maandag 22 april	wandelen + fietsen + oriëntatieloop		beweegcircuit
dinsdag 23 april	wandelen + fietsen + oriëntatieloop	groepsgymnastiek	valquiz
woensdag 24 april	wandelen + fietsen + oriëntatieloop		beweegcircuit
donderdag 25 april	wandelen + fietsen + oriëntatieloop		zitedansen
vrijdag 26 april	wandelen + fietsen + oriëntatieloop	oefenprogramma stappers	beweegcircuit

- We gaan (liefst buiten) zoveel mogelijk kilometers stappen. We hopen op mooi weer!  
Fietsen op de theratrainer of pedalo → de fietsen staan in de cafetaria.
- Een beweegcircuit: iedereen kan deelnemen en krijgt aangepaste oefeningen op maandag -, woensdag - en vrijdagnamiddag.
- Een oriëntatieloop.
- Onze wekelijks gymnastiek op dinsdagvoormiddag.
- Zitedansen op donderdagnamiddag.
- Een oefenprogramma voor stappers op vrijdagvoormiddag.
- Een valquiz.
- Een boekje met kruiswoordraadsel, woordzoeker om de hersenen te trainen.

Het oranje team is enthousiast! Jullie ook!

# Pastoraal

**Een nieuwe lente, een nieuwe dag!**

*Door: Carine Parmentier, pastoraal medewerker*

*Er wordt een nieuwe dag geboren  
van knoppen die op springen staan  
en langzaam de groene jasjes  
van lentekleuren opengaan.*

*De Schepper strooit Zijn tinten kwistig  
bij dit ontluikende feest  
en van wie van ons kan vermoeden  
dat het ooit winter is geweest.*

*Zo wil ook God ons hart vernieuwen.  
Het oude wordt teniet gedaan,  
beginselen van blij geloven  
reiken hun bonte kleuren aan.  
Verdord is thans ons oude leven,  
we juichen in Gods voorjaarslicht  
en als herboren straalt de liefde  
van ons verfrissend aangezicht.*

*Het is de kringloop die het oude  
vervangt door wat de hemel biedt  
aan nieuwe ijver en geloofskracht,  
als een verheven lentelied.  
Zo willen wij de schepping eren  
door groeiend, bloeiend, onversaagd  
het leven Gods te openbaren  
in alles wat Hij van ons vraagt.*



# Kleuren voor volwassenen

Door: Els De Beck

Oké, dit klinkt misschien erg geitenwollensokken, maar daar komt het: 'Bezig zijn met kunst werkt érg rustgevend'.

Helaas zijn we niet allemaal een geboren Picasso, maar gewoon kleuren heeft hetzelfde effect. Gewoon kleuren! Met kleurpotloden of stiften.

Doordat je je zo moet concentreren ben je niet meer bezig met andere zaken, waardoor je geest automatisch ontspant. Daarnaast speelt creatief bezig zijn ook een enorme rol. Hierdoor verruim je namelijk je geest, helpt het je bij anders nadenken en het helpt bij je persoonlijke ontwikkeling.

En van het werken met verschillende kleurencombinaties word je natuurlijk spontaan vrolijk!

Dus hup, pak je kleurpotloden uit de kast en word helemaal zennnn. Wij verzamelen alvast elke maand de meest ideale kleurplaat voor je!

Veel plezier met de kleurplaat van het beroep 'schoenmaker'!

**Veel plezier!**





# Puzzelhoek

Woordzoeker: april

Kan jij alle verborgen woorden vinden in deze woordzoeker?

I	B	R	U	E	L	D	L	L	C	E	T	N	E	L	D	C	O
Q	I	Y	T	W	Y	O	B	J	Y	X	N	T	I	V	X	T	T
E	F	Y	U	L	S	D	A	Q	A	V	G	K	Z	N	D	P	L
A	Y	X	L	H	J	N	W	S	E	S	O	D	F	T	L	A	A
P	T	R	P	G	L	Q	O	G	R	I	L	L	E	N	X	A	R
R	C	N	E	S	F	G	D	F	F	S	V	L	C	R	R	S	I
I	J	Y	N	Y	T	F	M	K	H	J	B	M	D	S	L	M	H
L	W	M	M	A	R	A	M	Q	O	E	D	T	B	K	W	A	G
V	P	T	J	C	G	J	A	B	R	Q	U	B	C	P	H	A	R
N	E	M	E	O	L	B	S	R	A	A	J	R	O	O	V	N	A
R	O	E	B	C	J	Y	E	M	O	H	M	D	M	P	C	D	S
J	Q	R	S	E	M	P	V	W	M	G	L	H	L	H	V	J	M
L	A	G	A	D	S	E	K	R	E	D	N	E	Z	R	E	V	A
F	C	M	B	T	V	R	E	I	E	R	M	A	A	N	D	J	A
U	J	T	T	K	H	N	R	L	I	W	H	Q	E	E	G	B	N
U	S	T	I	E	R	O	F	X	W	N	O	B	V	H	K	T	D
S	K	I	N	H	C	L	B	T	Z	W	B	B	W	K	F	Z	L
O	Q	G	A	D	N	E	P	P	A	R	G	V	Q	C	Q	H	S

- APRIL
- GRASMAAND
- PAASMAAND
- TULPEN
- EIERMAAND
- GRILLEN
- RAM
- VERZENDERKESDAG
- GRAPPENDAG
- LENTE
- STIER
- VOORJAARSBLOEMEN


# Facebookhoekje

Voor alle artikels, bezoek de facebookpagina van vzw Vijvens.



 **Marolle in beweging**  
5 d · 🌐

Onze prachtige picknicktafels werden gisteren in de tuin gezet. Met grote dank aan de technische dienst! Het dagcentrum zag alvast dat het goed was. Kom je er ook eens aanzitten? Ze zijn allen rolstoeltoegankelijk. Haal je drankje in de brasserie en installeer je in het zonnetje. 😊  
[#VZWIJVENS](#) [#geniet](#) [#natuur](#)

 **Vzw Vijvens**  
5 d · 🌐

...

WERELDDOWNSYNDROOMDAG 2024

Op 21 maart is het [#werelddownsyndroomdag](#) en dragen we opzettelijk verschillende kousen. Onze medewerkers, maar ook onze bewoners laten deze dag dan ook niet zomaar voorbij gaan. 🌟

[#allen](#) [#aandacht](#)



## NOKERE KOERSE 2024

Afgelopen woensdag waren enkele van onze bewoners en medewerkers aanwezig tijdens de wielervedstrijd **Nokere Koerse**. Lachende gezichten en amusement waren de ingrediënten voor een aangename namiddag.

#allen



## WEEK VAN DE VRIJWILLIGER!

Het optreden was een schot in de roos. Tijd om de vrijwilligers te verwennen met taart en een optreden. Van ambiance gesproken! Het duo **The Kwaremont Brodders** zette de zaal in vuur en vlam. #nabijheid #allen



# Vorbije activiteiten

## Een nieuwe mascotte voor het CDV

Door: Isabel De Schutter

De eerste lentezon... Het begon te kriebelen...

Met het oog op de aankomende paasfeesten sloegen we de handen in elkaar met Dina om een nieuwe mascotte in elkaar te knutselen. Ons oude konijn, waar we sinds jaar en dag fier op zijn, was toch wel eens aan vernieuwing toe.

We gingen aan de slag met karton, garen, pluimpjes,... Er werden eitjes geschilderd, pomponnetjes gemaakt... Het resultaat mag er zijn: een kip op een stok met gespreide vleugels waarop kuikentjes zitten.

Voor de komende Ei-games zijn wij er alvast klaar voor!



## Crea Pasen

Door: Shauni T'Kindt



Tijdens een namiddag hebben we met een paar bewoners paasdecoratie gemaakt om op de tafels van het eerste verdiep te kunnen zetten. Dit idee kwam van leefgroepwerkster Melissa. Dit deden we

met sokken, rijst, touw, ijzerdraad, enz, ... Eerst vulden de bewoners een sok op met rijst, indien het genoeg gevuld was deden we er een touw rond, zodanig dat er een hoofd en een onderlichaam ontstond. Daarna nam je een stuk ijzerdraad en maakte je een staartje. Dan namen we ook eerst een stukje touw om de bovenkant vast te maken en daarachter knipte je de oren van de paashaas. Als laatste tekende we een gezicht op de voorkant van de paashaas en was het af. Hieronder wat foto's van tijdens het creamoment en van het resultaat!



## Fluitjes maken in Ouwegem

Het fluitjescomité van Ouwegem organiseert ieder weekend na Pinksteren 'de fluitjeskermis'. Op zondag gaat dan traditioneel de fluitjesworp door. Wij mochten op vrijdag 1 maart getuige zijn van het maken van de fluitjes, een interessant proces om te volgen.

Hieronder kan u de geschiedenis lezen van de alom bekende snoepjes:

### **Fluitjes**

*Ouwegemse Fluitjes zijn knalrode snoepfluitjes, op ambachtelijke wijze gegoten in vormen die al meer dan 100 jaar oud zijn.*

*Het is een zoete lekkernij waarop je echt kan fluiten en dan smakelijk opeten.*

*Het fluitje bestaat uit twee deeltjes: 'kop' en 'lichaam', die zorgvuldig aan elkaar worden gelast met behulp van een kaarsvlam.*

*Deze fluitjes worden jaarlijks gemaakt naar aanleiding van de kermis, de Fluitjeskermis, op Drievuldigheidszondag, de zondag na Pinksteren.*

### **Herkomst**

*In de Middeleeuwen werden Europese rondtrekkende handelaars soms tijdens hun tochten overvallen door Turkse zeerovers en verkocht als slaven.*

*In de loop van de zeventiende eeuw werden er niet minder dan een half miljoen handelaars als slaven gevangen gehouden.*

*Ze werden dan verkocht aan de Saracenen die als piraten de Middellandse zee onveilig maakten. De Saracenen waren in die tijd een verzamelnaam voor Arabieren, Perzen en alle andere moslims.*

*In de Middeleeuwen waren ze berucht als piraten en plunderaars in Europa.*

*Omdat het een heilige taak was om deze gevangenen christenen terug vrij te krijgen, werd er in 1198 een geestelijke orde opgericht om te bemiddelen: de Trinitariërs.*

*De oprichters waren de Fransen Johannes van Matha en Felix van Valois.*

*In 1236 kwam er ook een vrouwelijke tak.*

*Het was eigenlijk een katholieke bedelorde. Deze zamelden geld in.*

*In onze streken waren zij rond Gent en Brugge zeer actief.*

*In 1664 werd ook in Ouwegem een afdeling van de Trinitariërs opgericht.*

*Hun doel was het vrijkopen of ruilen van christelijke gevangenen of slaven uit de handen van de Saracenen.*

*NB: In de Sint-Jan-Baptistkerk herinnert een bijzonder houten kleurrijk beeldje aan die periode. Het beeldje stelt een slaaf voor met een bedelkommetje en enkelketens.*

*Dit beeldje moet kort na de oprichting van de Ouwegemse Trinitariërsafdeling in de kerk zijn geplaatst, vermoedelijk begin 1700.*

*Het kreeg de naam 't Slaafje'.*

*In diezelfde kerk bevindt zich achter het hoofdaltaar en schilderij. Dit stelt christenslaven voor die door de Trinitariërs in de 18de eeuw werden verlost van de Turken.*

*Het verwijst naar de vrijkoopactiviteiten van de geestelijkheid.*

*Soms konden die mannen worden teruggekocht en werden in Oostende of Antwerpen afgehaald en teruggebracht.*

*In Ouwegem werden ze verwelkomd met een stoet. Die stoet werd ingeleid door iemand die al fluitend de komst van de verlostten aankondigde.*

*Ieder jaar wordt dit in Ouwegem herdacht tijdens de Fluitjeskermis.*

### ***Samenstelling van de fluitjes***

*De fluitjes worden vervaardigd van zuivere ingrediënten: parelsuiker, water, glucose en een scheutje rode kleurstof.*

### ***Beeld 'meisje met fluitje'***

*Dit is een bronzen beeld onthuld in 1996 en het laatst gegoten beeld van kunstenaar H. Van Der Donckt.*

*Het staat op een sokkel in de dorpskom van Ouwegem, in de spitsvormige voortuin met terras van café 'De Welkom'.*





## Toneel

Op 2 maart zijn we met 9 bewoners naar de toneelvoorstelling 'De klokkenluider van Michel Angelo' in De Mastbloem van toneelgroep 't Komt In Orde gegaan. Het was een hilarische, maar tegelijkertijd spannende voorstelling waar de bewoners zichtbaar van genoten hebben. Het was een aangename zaterdagmiddag die zeker voor herhaling vatbaar is.





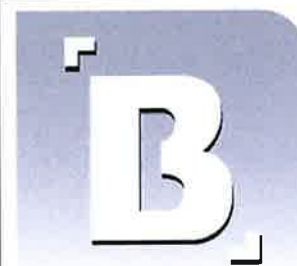
Waregemsesteenweg 162 • Kruishoutem  
09 383 52 60  
piet@cnockaert.info • www.cnockaert.info



**MACOGAS**  
gassen in fles en tank

*Tuinaanleg  
&  
Onderhoud*  
**VDM**  
Opritten • Afsluitingen

*Pieter  
Van der Meeren*  
Nazarethstraat 14  
9770 Kruisem  
info@tuinenvandermeeren.be  
Gsm 04791 28 25 03



**BRAPO**  
INTERIEUR & INRICHTING

Industriezone 5  
De Tonne 42/46  
9800 Deinze  
t +32 9 386 57 98

info@brapo.be  
www.brapo.be



**Edelweiss Wakken BVBA.**

Oostdreef 62  
B-8720 Wakken

T. 056/ 60 23 60  
F. 056/ 60 99 32

## 't Pleintje

Algemene voeding  
Huiseplein 5  
9750 Huise  
09/383 53 05

Dagelijks open van:  
8u00 – 12u30 en van 13u30 – 19u00  
Gesloten op donderdag



## TONY BOECKAERT

CHOCOLATIER

Karreweg 7  
9870 Zulte  
Tel 09/388 55 79  
[info@tonyboeckeaert.be](mailto:info@tonyboeckeaert.be)  
[tonyboeckeaert.be](http://tonyboeckeaert.be)



## VC VAN CAUWENBERGHE

garage - carrosserie

OPEL CENTER



**Onafhankelijk OPEL-verdeler**  
Jonge tweedehandswagens met waarborg  
Verkoop nieuwe wagens alle merken  
Herstelling alle merken  
Bosch-BIS-Partner

**Tankstation met bediening**  
Kasteelstraat 43 - 9770 Kruisem (Lozer)

Showroom: N60 - Gavere (Asper) - Tel. 09/383 55 13  
Jo Van Cauwenberghe: 0475/55 46 22 - Stelaan Van Cauwenberghe: 0475/52 31 46  
[info@garagevancauwenberghe.be](mailto:info@garagevancauwenberghe.be) - [www.garagevancauwenberghe.be](http://www.garagevancauwenberghe.be)



[WWW.TAXIDEMEYER.BE](http://WWW.TAXIDEMEYER.BE)

## Landmeetkundig Studiebureau

### MARTENS

Heurnestraat, 203  
9700 Oudenaarde

M 0476 / 500 782

**Noël Martens**  
**Ghilain Martens**  
**Lander Callens**



## Van de Woestyne

tuin- & boomwerken - bosexploïtatie

Jürgen Van de Woestyne  
GSM 0496 52 77 56

Tuin- en boomwerken Van de Woestyne bvba  
Nokeredorpsstraat 54 - B-9771 Nokere  
[info@vandewoestyne.com](mailto:info@vandewoestyne.com) - [www.vandewoestyne.com](http://www.vandewoestyne.com)



Fruits du soleil



*La qualité au prix du marché  
Kwaliteit aan marktprijzen*



Aanwezig op de dinsdagmarkt te Kruishoutem



**De Zandvlooi**

PASSIONISTENSTRAAT 48 - 9770 KRUISSHOUTEM

**Solid Systems bvba**

*Computers, Randapparaten en Netwerken  
Systeembeheer, Software en Ondersteuning*

**Vdhv**

**VERZEKERINGEN**

Merelbekerstraat 3  
9090 Melle

Tel. 09 252 23 23

[www.vdhv.be](http://www.vdhv.be) - [VdhV@verz.kbc.be](mailto:VdhV@verz.kbc.be)

OND BE 0650 645 316

Verbonden agent van KBC Verzekeringen NV



**Anticimex<sup>®</sup>**

TO PREVENT AND PROTECT



**SPIE**



Peter en Katelijne  
Snoeck- Michels  
Varkens en rundvlees van eigen kweek  
Specialiteit: vers en (h)eerlijk voedsel  
Barbecuevlees, ook pakketten,  
alles verpakt op maat van je gezin!

Hoeveslagerij Rooigemvallei  
[www.rooigemvallei.be](http://www.rooigemvallei.be)  
tel 0497998034  
[info@rooigemvallei.be](mailto:info@rooigemvallei.be)  
Rooigemstraat 19  
9750 Huise Zingem

# ANJO

*with people in mind*

Groothandel en versnijderij van groenten en fruit  
 **ALLGRO**



**AD** Deinze

APOTHEEK  
**go+fast**



**PUR  
NATUR®**

**ORGANIC BIO ECO**



**VAN PARYS**  
RUIJ- EN ONTSTOPPINGSWERKEN | GEURDETECTIE

		
		RUIJEN VAN SEPTISCHE PUTTEN
		BEER- EN REGENPUTTEN
		CAMERAONDERZOEK

STEENWEG DEINZE 101 - 9810 NAZARETH  
TEL. 09 384 47 67  
info@ruimdienst.com - www.vanparysnazareth.be

Heeft u interesse voor uw  
publicatie in onze huiskrantjes?

Neem gerust contact op voor  
meer info.

[w.moerman@vijvens.be](mailto:w.moerman@vijvens.be)



# HET WASSEN VAN KLEDIJ



## AFSPRAKEN GEDURENDE HET VERBLIJF

- **ALLE** kledij dient steeds genaamtekend te worden (ook indien u kiest voor thuiswas)
- Naamlintjes worden besteld door de sociale dienst
- U spreekt af met de sociale dienst wie de kledij zal naamtekenen



### U kiest voor *Wasserij* ...

- Zolang bij opname niet alles genaamtekend is: voorlopig thuiswas
- We voorzien tijdelijk een wasmand in de badkamer
- Verwittig de sociale dienst van zodra alles is genaamtekend

### U kiest voor *Thuiswas* ...

- We voorzien een wasmand in de badkamer
- Om verlies te voorkomen wordt de kledij best zo snel als mogelijk genaamtekend

## Naamteken steeds op dezelfde plaats

- bovenkledij: in de halskraag
- onderkledij: rugzijde thv middel



**ONGETEKENDE KLEDIJ  
GAAT HELAAS  
SOMS VERLOREN**



### Een geschenk of nieuwe kledij

- Indien dit genaamtekend wordt door het WZC geef je dit steeds af aan de verpleegpost in een afgesloten zak

***Bovenstaande afspraken gelden niet voor  
een opname in kortverblijf!***