

Het Zilverkrantje



Juni 2024

WZC De Zilverlinde



Waar het goed is te leven
p. 4

Vlaamse kermis
p.16



Maandweetjes

Nieuwe personeelsleden

Debby Balcaen, sociale dienst
Paola De La Cruz Perez, zorgkundige
Tina Deneve, logistieke hulp
Olha Smyrnova, logistieke hulp



Gebruikersraad Vrijdag 7 juni 14u30 Cafetaria



We nodigen graag alle familieleden uit op de volgende gebruikersraad.

Onderwerpen die van gemeenschappelijk belang zijn voor de bewoners komen aan bod. Gelieve de naam van de bewoner en het aantal personen door te geven via mail (ergo.zl@groepsf.be) of telefonisch: 09 / 363 83 93

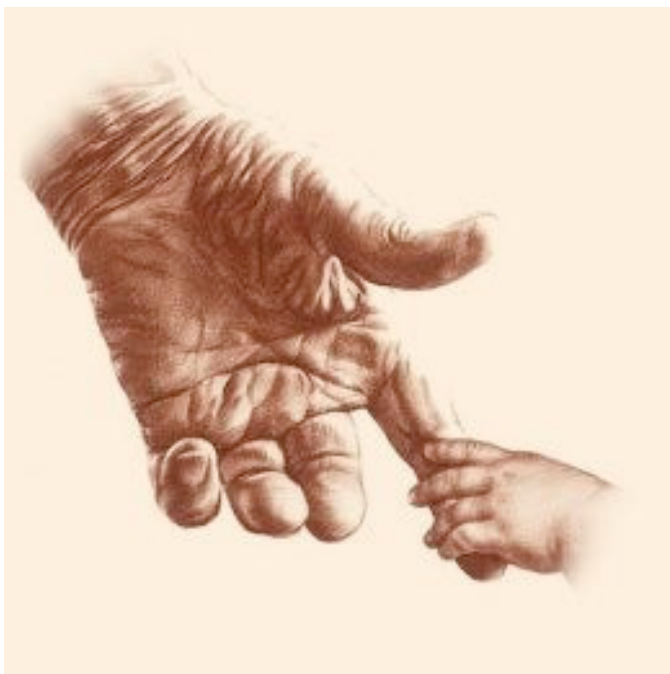
Uw mening is voor ons heel waardevol.

Vaderdag

De hand van mijn vader

Aan de buitenkant is de hand van mijn vader een polderland met riet en pluimgras, blauw gezwollen beken en hier en daar verstrooid, wat zonnebloemen.

Aan de binnenkant is de hand van mijn vader een stapkaart met snelwegen en wandelpaden. Ik vind er altijd de weg naar huis...



De jaren

De jaren die gaan tellen. 85 zijn het er alweer, maar als ik met hem praat verbaas ik me telkens weer.

De energie in dat oude lijf, alsmaar door blijven gaan.

De gebreken van de ouderdom, "Wat zeg je nu tegen mij?". Hij kan niet zo goed meer horen, maar dat hoort er gewoon bij. Gebogen is de rug inmiddels, door de lasten en de zorgen? Komt het vandaag niet af, dan doen we het toch morgen!

Graag hoor ik nog die verhalen van hoe het vroeger is geweest. Alsof hij het in geuren en kleuren uit zijn rijke geheugen voorleest. Ik weet dat ik hem later missen zal, maar blijf dan denken aan deze tijd. De regelmatige visites en praatjes, die herinneringen raak ik niet kwijt.

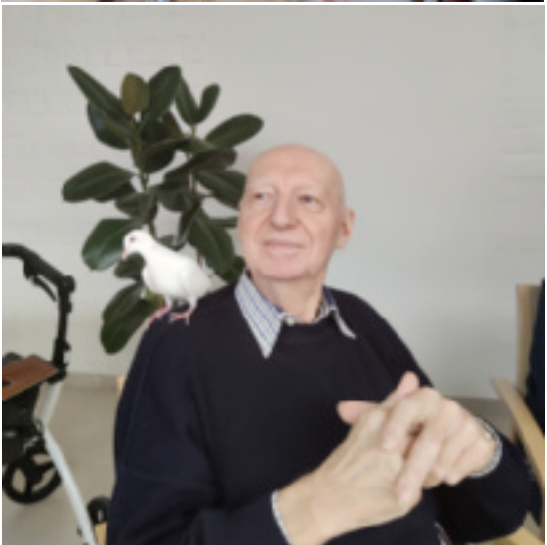
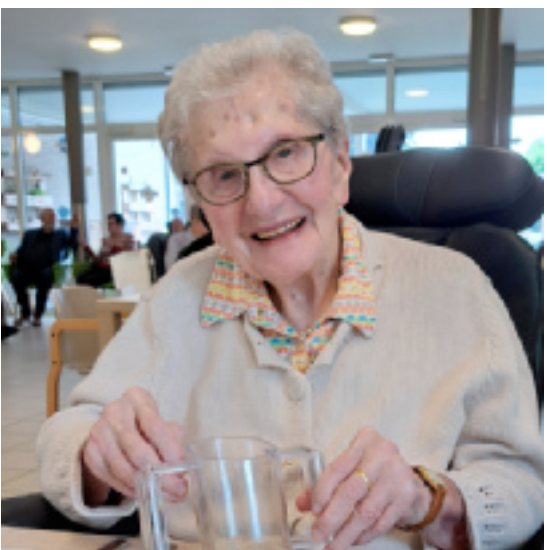
Ik hoop dat hij nog even zo mag blijven, gezond van lichaam en van geest. Hij heeft een plaatsje in mijn hart, zo groot is dat nog nooit geweest. Die oude man, het is mijn vader, goedaardig, zorgzaam en positief.

Wat geniet ik nog graag van hem, blijf nog een tijdje alsjeblief!

Zondag 9 juni zetten we alle mannen in de bloemen!



**WAAR HET
GOED IS
TE
LEVEN...**





In de maand mei werden de vrouwen verwend met een uitgebreid ontbijtbuffet. De aaidieren kwamen langs en ook onze geitjes genoten van de aandacht van onze bewoners. Het aspergemenu, voorafgaand met een aperitief, werd geapprecieerd. Daarnaast waren er nog tal van andere spel- en eetactiviteiten.



Voor alle andere foto's van de maand mei verwijzen we graag naar onze Facebook-pagina 'WZC De Zilverlinde'. Hierop worden regelmatig foto's en info over activiteiten gepost.





Wist je dat?

Op **vrijdag 7 juni** is het in Amerika de '**Nationale Donutdag**' (National Donut Day).

Alhoewel deze dag vooral in Amerika gevierd wordt, de bakermat van de donut, doen wij toch graag lekker mee en geven we je daarbovenop graag enkele donuts-wist-je-datjes.

Wist je...

...dat de donut een blijvertje is? Sinds zijn ontstaan in de 19de eeuw is hij al een ware publiekslieveling.

...dat Amerika gek is van donuts? In Amerika worden jaarlijks meer dan 10 biljoen donuts geproduceerd.

...dat een tiental mensen in Amerika de familienaam Doughnut of Donut dragen?

...dat er over de spelling van deze caloriebom nog altijd enige discussie bestaat? Is het nu doughnut of donut? In Amerika en Engeland worden beide schrijfwijzen gebruikt, met een voorkeur voor 'doughnut'. In onze taal wordt enkel de verkorte versie 'donut' gebruikt.

...dat er tal van donuts bestaan met verschillende vullingen en afwerkingen? Voor elk wat wils dus.

...dat de National Donut Day in de Verenigde Staten elk jaar op de eerste vrijdag van juni gevierd wordt?

...dat de eerste National Donut Day voor de eerste keer georganiseerd werd in 1938, op initiatief van The Salvation Army (Leger des Heils)? Dit deden ze als eerbetoon aan de Doughnut Lassies. Zij waren de vrouwelijke vrijwilligers van het Leger des Heils die tijdens de Eerste Wereldoorlog de soldaten in de frontlinie voorzagen van schrijfwaren maar ook van donuts, toen al een erg populaire lekkernij in Amerika.

...dat je in Amerika ook de 'donut holes' kunt kopen ofwel 'het ontbrekende gaatje'? Ook deze minidonutjes komen in diverse varianten.

...dat de duurste donut ooit gemaakt een waarde had van 1.235 euro? Deze werd gemaakt in het kader van de National Donut Week. De vulling van de donut was gemaakt op basis van Dom Pérignon (een champagne uit 2002). De decoratie was verzorgd met 24-karaat eetbaar bladgoud. De witte lotus was gemaakt met Belgische chocolade en versierd met eetbare diamantjes (heel dure suiker). Voor de afwerking werd gekozen voor een glazuur van passievruchten.



Oude liedjes

Stef Bos - Papa

Ik heb dezelfde ogen
En ik krijg jouw trekken om mijn mond
Vroeger was ik driftig
Vroeger was jij driftig
Maar we hebben onze rust gevonden
En we zitten naast elkaar
En we zeggen niet zoveel
Voor alles wat jij doet
Heb ik hetzelfde ritueel
Papa, ik lijk steeds meer op jou

Ik heb dezelfde handen
En ik krijg jouw rimpels in mijn huid
Jij hebt jouw ideeën
Ik heb mijn ideeën
En we zwerven in gedachten
Maar we komen altijd thuis
De waarheid die je zocht
En die je nooit hebt gevonden
Ik zoek haar ook
En tevergeefs
Zolang ik leef
Want papa, ik lijk steeds meer op jou

Vroeger kon je streng zijn
En god ik heb je soms gehaat
Maar jouw woorden
Ze liggen op mijn lippen
En ik praat nu
Zoals jij vroeger praatte
Ik heb een goddeloos geloof
En ik hou van elke vrouw
En misschien ben ik geworden
Wat jij helemaal niet wou
Maar papa, ik lijk steeds meer op jou

Papa, ik lijk steeds meer op jou
Oh papa, ik hou steeds meer van jou
Papa, ik lijk steeds meer op jou





Lach van de maand

Een man zit in de trein. Hij zit met zijn voeten op de stoel tegenover hem terwijl dat niet mag. De conducteur komt langs en zegt: "Meneer, dat doet u thuis toch ook niet?" Waarop de man zegt: "U knipt thuis toch ook geen kaartjes?"



Juni = Maand van het Heilig Hart

Vrijdag 7 juni is dit jaar het **feest van het H. Hart van Jezus**.

In Vlaanderen heeft de H. Hartaanbidding jarenlang een grote, belangrijke rol gespeeld in het leven van de gelovigen.

Denken we maar aan de Bonden van het H. Hart, de vele H. Hartprocessies, de mooie liederen van de Zalige priester Poppe: "Door zovele lieve kleinen...", "De rode roos van Jezus' hartewonde", enzovoort.

God benaderen als Iemand die echt met ons begaan is, die ons echt **draagt** in '**Zijn Hart**', lijkt voor velen de dag van vandaag te **kleinmenselijk**. En toch, lezend in de *H. Schrift* en kijkend naar Jezus mogen wij ervaren dat wij God ten zeerste ter harte gaan. Het **hart** is het **symbool van de liefde**. Wanneer verliefden naar elkaar een hartje sturen, wil dat zeggen dat men **bezeten** is van elkaar. Dat is **internationale taal**. Daar ligt dan ook de betekenis van het feest van het Heilig Hart.

Als wij het Heilig Hart van Jezus vereren, dan komt dat hierop neer dat wij **dankbaar** zijn om de liefde die Jezus ons heeft getoond door mens te worden als wij.

Jezus wil ons op die manier **geruststellen** dat ook voor ons de dood een **doortocht** is naar **Nieuw**

Leven. Als **Dienaar** en **Herder** kwam Hij Gods liefde voor de mensen openbaren.

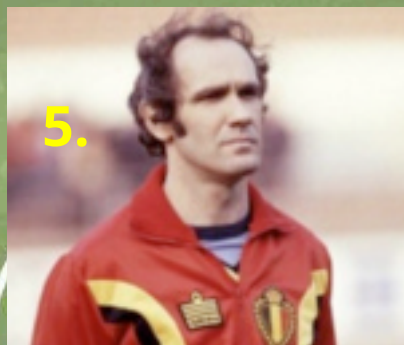
Laat dit voor ons de betekenis zijn en blijven van dit feest van het Heilig Hart: dat wij vertrouwen zouden blijven stellen op God, omdat we weten dat Hij een **Goede Vader** is die ons in zijn Hand draagt, dat wij al onze zorgen en problemen aan Hem zouden overlaten.



Jezus, bij dit feest van Uw grote liefde en barmhartigheid, vertrouwen wij alle volkeren aan U toe, Uw grote wereldwijde Kerk, opdat Uw vurig minnend Hart mag kloppen in deze soms harde en koude wereld en in ons EIGEN LEVEN!

Train je brein

Wie zijn we?



OPLOSSING OP ZIJN KOP:
1. Eric Gerets, 2. Enzo Scifo, 3. Jean-Marie Pfaff, 4. Paul Van Himst, 5. Wilfried Van Moer, 6. Jan Ceulemans, 7. Philippe Albert, 8. Ludo Coeck, 9. Marc Dearvse, 10. Georges Grun, 11. Michel Preud'homme, 12. Georges Leekens

Vandaag concentreren we ons op **de ademhaling**.

Zonder dat we erover nadenken, ademen we 6 tot 10 keer in één minuut. Dit gebeurt meestal automatisch.

Door de ademhaling komt er zuurstof via de longen naar de hersenen en naar de vitale organen zoals het hart en het spijsverteringsstelsel. Als laatste worden de spieren gevoed door de zuurstof.

Als we goed inademen, de adem kunnen vasthouden, én lang kunnen uitademen, gaan we volgende zaken **verbeteren**:

- Je zal beter zuurstof opnemen in de longen die naar de hersenen gaat.
- Beter metabolisme en spijsvertering
- Gezondere spieren

Oefen je mee?

We gaan 5 rondjes ademhalen.

START: Ga rechtop zitten in een stoel. Kruis je armen voor de borstkas.

OEFENING:

Adem rustig 4 tellen **IN**.

Houd de adem 4 tellen **VAST**.

Buig nu voorover met gekruiste armen, richting de knieën.

Adem 8 tellen **UIT** terwijl je voorover buigt.



Start met gekruiste armen en adem IN.

Adem UIT



Fit en gezond

De allernieuwste ontwikkelingen in het onderzoek naar dementie zijn zeer veelbelovend en bieden hoop voor de toekomst.

Enkele opvallende vooruitgangen zijn:

Genetische ontdekkingen:

Wetenschappers hebben verschillende genetische factoren geïdentificeerd die verband houden met het risico op het ontwikkelen van dementie, waaronder het APOE-gen en verschillende andere genen die betrokken zijn bij de ziekte van Alzheimer en andere vormen van dementie. Deze ontdekkingen helpen niet alleen bij het begrijpen van de onderliggende oorzaken van dementie, maar kunnen ook leiden tot nieuwe doelwitten voor behandelingen.

Immunotherapie:

Onderzoekers zijn bezig met de ontwikkeling van immunotherapieën die zich richten op de afbraak van abnormale eiwitten, zoals bèta-amyloïde en tau, die zich ophopen in de hersenen van mensen met dementie, vooral de ziekte van Alzheimer. Deze benadering heeft veelbelovende resultaten opgeleverd in preklinische en klinische onderzoeken, en kan mogelijk helpen om de voortgang van de ziekte te vertragen of zelfs te stoppen.

Biomarkeronderzoek:

Er wordt steeds meer onderzoek gedaan naar biomarkers, zoals specifieke eiwitten in het bloed of afwijkingen in beeldvormende scans van de hersenen, die kunnen helpen bij

het vroegtijdig detecteren van dementie en het monitoren van de ziekteprogressie. Dit kan leiden tot een snellere diagnose en meer gepersonaliseerde behandelingen.

Lifestyle-interventies:

Er is groeiend bewijs dat een gezonde levensstijl, inclusief regelmatige lichaamsbeweging, een gezond dieet, cognitieve stimulatie en sociaal en mentaal actief blijven, kan helpen het risico op het ontwikkelen van dementie te verminderen of de progressie ervan te vertragen. Onderzoekers bestuderen nu hoe deze interventies kunnen worden geoptimaliseerd om het maximale voordeel te behalen.

Kunstmatige intelligentie (AI):

AI en machine learning worden steeds vaker gebruikt in dementieonderzoek om complexe gegevens te analyseren en patronen te identificeren die verband houden met de ziekte. Deze technologieën kunnen helpen bij het voorspellen van het risico op dementie, het ontwikkelen van nauwkeurigere diagnostische tests en het identificeren van nieuwe behandelingen.

Al deze ontwikkelingen tonen aan dat er een toenemende focus en vooruitgang is in het begrijpen en behandelen van dementie. Hoewel er nog veel werk aan de winkel is, bieden deze ontdekkingen hoop voor miljoenen mensen over de hele wereld die worden getroffen door deze verwoestende ziekte.



Animatie op wieltjes...

De ijskar

Verfrissing is binnen handbereik met onze ijskar. Gevuld met heerlijke lekkernijen, is de ijskar een welkome toevoeging aan de zomerse dagen die er aan komen. De ijskar gaat vanaf juni op regelmatige basis rond bij de bewoners. Vergeet niet dat de ijskar ook beschikbaar zal zijn tijdens de openingsuren van 't Winkeltje'. Dus kom langs en verwen jezelf met iets lekkers!



De duofiets

We trekken eropuit en genieten van de frisse lucht met onze duofiets. De duofiets is perfect om met een bewoner de omgeving te verkennen. En goed nieuws: de duofiets mag ook door familieleden gebruikt worden! Voor reserveren of info kan u steeds bij het ergo-animatieteam terecht.

De veloplus

De Veloplus is een fiets, speciaal ontworpen om personen in een rolstoel te vervoeren. Zo kunnen we elke bewoner laten genieten van fietstochtjes in de buitenlucht.



Zomertegels

Per tegel ontbreekt telkens dezelfde letter. Schrijf de juiste letter op het liggend streepje en daarna in de vakjes. De letters vormen een woord.



1

2

3

4



5

6



IN DE KIJKER

't Winkelkje

Feestelijke opening

5 juni om 14u met gratis ijsjes

Openingsuren:

Woensdag of vrijdag
(afwisselend)

Van 14u tot 16u30

Te koop:

- Kaartjes
- Puzzelboeken
- Verzorgingsproducten
- Geschenkpakketten
- Seizoensgebonden producten (bloemen etc.)
- Snoep/koekjes/chocolade
- Ijsjes
- etc.

Openingsuren 't Winkelkje

- 5 juni: Eerste opening 14u tot 16u30
- 14 juni: 14u tot 16u30
- 19 juni: open tijdens de Vlaamse kermis vanaf 14u
- 28 juni: 14u tot 16u30

Op dinsdag 11 juni vieren we...

VADERDAG

Alle mannelijke bewoners van de Zilverlinde en hun familieleden zijn welkom op ons ontbijtbuffet van 8u00 tot 11u00 in de cafetaria van de Zilverlinde.

**Graag inschrijven
voor 3 juni!**

*Voor verdere inlichtingen
kan je steeds terecht bij
het animatieteam.*

woensdag

19 juni 2024

vanaf 14u

Vlaamse kermis

*Met o.a. kinderaanimitie, volksspelen,
ambachtelijke producten, versnaperingen
en muziek voor jong en oud, ...*

WZC De Zilverlinde
Dreef 2, Scheldewindeke



We vieren mee met...

De jarigen van juni worden gevierd op 3 juli in de cafetaria met een uitgebreid ontbijtbuffet.

Proficiat aan:

BEWONERS

Louise Van Lierde	1 juni
Jenny Vermeeren	4 juni
Roger De Clercq	11 juni
Anais Heyndrickx	19 juni
Zaire De Vos	22 juni
Robert De Winne	23 juni
Maria Iemants	24 juni
Pierre De Naeyer	28 juni

PERSONEEL

Ingrid Schauwers	5 juni
Isabelle Van Gaver	8 juni
Vanessa Engels	9 juni
Tonia Dhondt	11 juni
Laura Depoortere	16 juni

Een positieve noot

De liefde van een vader kent geen grenzen.

5 JUNI: Opening Winkeltje

Kom ons gloednieuw winkeltje bewonderen. We delen ijsjes uit.

7 JUNI: Gebruikersraad

Tijdens de gebruikersraad kunnen er suggesties, pluimen of bedenkingen benoemd worden. Familie is steeds welkom!

11 JUNI: Ontbijt Vaderdag

De mannen worden gevierd met een uitgebreid ontbijtbuffet in de cafetaria. Vooraf inschrijven is verplicht.

12 JUNI: Quiznamiddag

In juni beginnen de Rode Duivels aan het Europees Kampioenschap voetbal. Niets beter dus om een quiz over de Rode Duivels te organiseren!

18 JUNI: Feestmaaltijd

Deze maand bieden we een koude schotel aan, voorafgaand met een aperitief. Smakelijk!

19 JUNI: Vlaamse kermis

Er valt heel wat te beleven op de Vlaamse kermis. Kom dus zeker eens af!

25 JUNI: Uitstap Pairi Daiza

Op 25 juni gaan we met de bewoners op dierenbezoek naar Pairi Daiza.

Gebedsdienst:

6 juni
20 juni

Wat heeft de toekomst in petto?

De zomer heeft heel wat in petto, maar daar gaan we voorlopig nog niet te veel van verklappen.

We kunnen wel zeggen dat er veel verfrissing zal voorzien worden tijdens de warme zomerdagen.

Activiteitenkalender JUNI 2024

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
<p><u>3 juni</u> 10.15u Boccia 14.30u Crea-uurtje</p> 	<p><u>4 juni</u> 10.15u Overkoepelend overleg 13u Teamvergadering</p>	<p><u>5 juni</u> 10.15u Marktbezoek 14u Opening 't winkeltje (Inkomhal WZC)</p>	<p><u>6 juni</u> 10.15u Tovertafel 14.30u Gebedsdienst</p> 	<p><u>7 juni</u> 10.15u Voorleesuurje 14.30u Gebruikersraad</p> 
<p><u>10 juni</u> 10.15u ... Cafetaria klaarzetten 14.30u Reminiscentie</p>	<p><u>11 juni</u> 8.00u Ontbijt n.a.v. Vaderdag 14.30u Bezoek Demiclowns</p>	<p><u>12 juni</u> 10.15u Testing 14.30u Quiznamiddag— Bucketdrum</p>	<p><u>13 juni</u> 10.15u Gymnastiek 14.45u Zangclub</p> 	<p><u>14 juni</u> 10.15u Reminiscentie 14u Bezoekmoment 't winkeltje</p>
<p><u>17 juni</u> 10.15u Duofiets Voorbereiding Vlaamse kermis</p>	<p><u>18 juni</u> 11u Feestmaaltijd 14.30u Crea-uurtje (Vlaamse kermis)</p>	<p><u>19 juni</u> Voorbereiding 14u Vlaamse kermis</p> 	<p><u>20 juni</u> Opruimen Vlaamse kermis 10.15u Tovertafel 14.45u Gebedsdienst</p> 	<p><u>21 juni</u> 10.15u Beweging 14.30u Fietsen/ wandelen</p>
<p><u>24 juni</u> Voorbereiding uitstap + rolstoelen Werkgroep dementie Gezellig samenzijn?</p>	<p><u>25 juni</u> 9u tot 18u30 Daguitstap naar Pairi Daiza</p>	<p><u>26 juni</u> 10u Marktbezoek 13.45u Zilverijskar</p> 	<p><u>27 juni</u> 10.15u Testing 14.45u Zangclub</p>	<p><u>28 juni</u> 10.15u Multimedia 14u Bezoekmoment 't winkeltje</p>