

HET BRIELKRANTJE



JULI/AUGUSTUS 2024

WZC SINT JOZEF



Gespot
p.16

Op de babbel
p.9



Maandweetjes

Proficiat aan:

Proficiat aan Will Van Zon (Technische dienst) met zijn welverdiend pensioen!!!

Ook dikke proficiat aan Sharon Abbeloos (zorgkundige morgendauw), zij stapt in het huwelijksbootje met haar vriend, Yannick.

Beterschap:

Debbie De Ryck, Mieke Wandelseck en Carine Heyse (Stil Geluk)
Christiane Veldeman (stil geluk) en Betsy Van De Weghe (morgendauw)

Nieuwe medewerker:

Melissa Carrez (nachtverpleegkundige)
Femke Fais (logistieke medewerker morgendauw)
Ingrid Temmerman (verpleegkundige Stil Geluk)
Sally Lammens (verpleegkundige morgendauw)

Nieuwe bewoner:

Helena Moreels (Morgendauw)



DE ZON VAN DE DAG

Aanvaard elke nieuwe dag als een geschenk,
als een gave
en zo mogelijk als een feest!
Sta 's morgens niet te laat op!

Kijk in de spiegel,
en lach tegen jezelf
en zeg 'goede morgen' tegen jezelf,
dan ben je een beetje geoefend
om het ook tegen anderen te zeggen!

Als je de ingrediënten kent,
kun je ze zelf maken
even goed als dagelijkse soep.

Neem een grote portie goedheid,
doe er flink wat geduld in,
geduld met jezelf,
geduld met anderen.

Vergeet dat tikkeltje humor niet,
om de tegenvallers te verteren.
Meng er een behoorlijke dosis werklust in
en giet over alles een gulle lach
en je hebt
de zon van de dag!

Een fijne zomer toegewenst met vele warme dagen
en voldoende verkoeling!



Waar het goed is te leven





Wist je dat?

Van 26 juli tot 11 augustus vinden de Olympische Spelen plaats in Parijs.

Wist je...

...dat de eerste moderne Olympische Spelen werden gehouden in 1896 in Athene, Griekenland?

...dat vrouwen voor het eerst mochten deelnemen aan de Olympische Spelen in 1900 in Parijs?

...dat de olympische vlam voor het eerst werd ontstoken tijdens de Olympische Zomerspelen van 1928 in Amsterdam?

...dat de Olympische Winterspelen voor het eerst werden gehouden in 1924 in Chamonix, Frankrijk?

...dat de olympische ringen elk van de vijf bewoonde continenten vertegenwoordigen en de kleuren zijn gekozen omdat elke nationale vlag ten minste één van deze kleuren bevat?

...dat de marathonaafstand van 42,195 kilometer is gebaseerd op de afstand van Marathon naar Athene en werd voor het eerst officieel werd gelopen tijdens de Olympische Spelen van 1908 in Londen?

...dat de Verenigde Staten de meeste medailles hebben gewonnen in de geschiedenis van de Olympische Zomerspelen?

...dat Michael Phelps de meest gedecoreerde Olympiër aller tijden is, met 23 gouden medailles?

...dat de Olympische Spelen van 2020 in Tokio werden uitgesteld naar 2021 vanwege de COVID-19 pandemie, maar nog steeds de naam "Tokyo 2020" behielden?

...dat de Olympische Spelen van 1916, 1940 en 1944 werden geannuleerd vanwege de wereldoorlogen?

...dat de Olympische vlag, met de vijf gekleurde ringen, voor het eerst werd gebruikt tijdens de Olympische Spelen van 1920 in Antwerpen?

...dat de Paralympische Spelen, voor atleten met een lichamelijke beperking, sinds 1960 worden gehouden en altijd in dezelfde stad plaatsvinden als de Olympische Spelen?

...dat de jongste Olympische goudenmedaillewinnaar ooit, Marjorie Gestring, 13 jaar oud was toen ze in 1936 goud won in het schoonspringen?

...dat atleten in het Olympisch Dorp blijven tijdens de Spelen om een gevoel van gemeenschap te bevorderen?

...dat tijdens de Olympische Zomerspelen van 1904 in St. Louis de marathon werd gewonnen door een deelnemer die een deel van de race in een auto had afgelegd?



Oude liedjes

Rocco Granata - Zomersproetjes

Refrein:

Jajaja

Parels voor prinsesjes, diamanten voor een kroon

Betekenen gewoon, voor jou een gouden troon

Jajaja

Parels voor prinsesjes, diamanten voor een kroon

Betekenen voor jou een gouden troon

Zomersproetjes

Door de zomerzon bijeen gespaard

Zomersproetjes

Ieder sproetje is een kusje waard

Zomersproetjes

Duizend sterren in een zomernacht

Zomersproetjes

Op twee wangen als fluweel zo zacht

Voor mijn prinsesje klein, wil ik een hofnar zijn

Ook wel een prins als zij het wil, 't is op mijn jachtterrein

Want een mooi droomkasteel, met bloemen en prieel

Zo'n pronkjuweel is origineel en heus, het kost niet veel

Dan is de prins gelijk, die duizend sproetjes rijk

Waar ik nu dag en nacht naar kijk

Refrein

Als je die sproetjes ziet hoor je een wiegelied

Maar kleine prinsjes en prinsesjes zijn er nu nog niet

Die komen later wel als ik een wieg bestel

Dan is het leven voor ons samen verder kinderspel

Die bloempjes in de knop, hebben een mooie pop

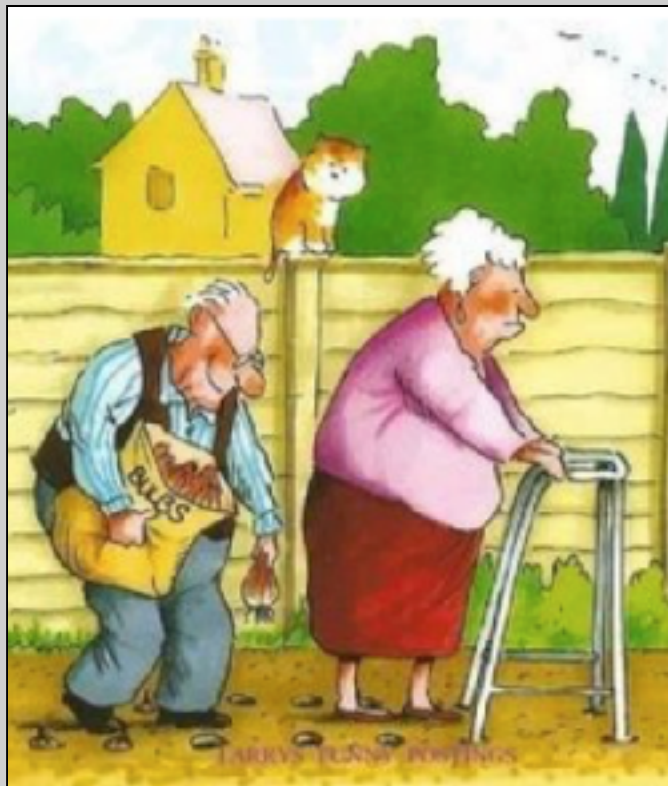
En let maar op, een sproetenkop

Refrein





Lach van de maand



Wat is het toppunt van geduld?

Antwoord: Op je kop staan en wachten tot je sokken uitvallen.

De onderwijzer gaf als onderwerp voor een opstel:

'Als ik algemeen directeur van een groot bedrijf was, dan...'.
Alle kinderen bogen zich over hun schrift en begonnen te schrijven, allemaal op één na.

"Pieter, wanneer begin jij?" vroeg de onderwijzer.

"Mijn secretaresse is er nog niet", antwoordde Pieter.

Clementine Van Antwerpen
Geboren op 2/05/1930
In ons WZC sinds 25/01/2024

Ik ben Clementine en ben geboren op 2 mei 1930 in Sint Lambrechts Woluwe.

Jeugd

Ik ben opgegroeid te Brussel samen met mijn 3 broers waarvan de oudste reeds overleden is.

Mijn moeder was huismoeder en zorgde voor het gezin, mijn vader werkte aan de riolen.

Ik ben tot mijn 12 jaar naar een gemengde school gegaan in Brussel, vanaf mijn 16e ben ik naar een Franse school gegaan, eveneens in het Brusselse. Nadien ben ik in een bloemenwinkel gaan werken in Schaarbeek. Ik heb ook nog gewerkt als schoonmaakster in een school.

Familie

Daar leerde ik Remi mijn echtgenoot kennen, hij deed er de verfwerken. Hij was afkomstig van Kerksken. Ik ging met hem mee en woonde een tijdje bij mijn schoonouders, we zijn toen getrouwd, kregen 3 zonen en hielden de woning over.

We gingen niet op reis, maar onze grote hobby was tuinieren in onze tuin. Daar stonden heel wat fruitbomen,

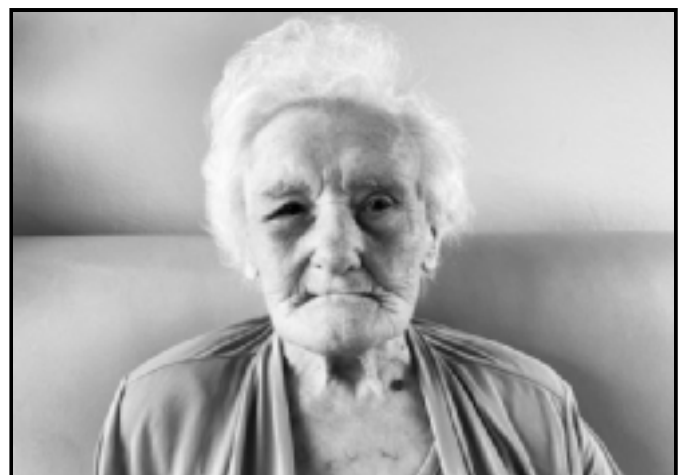
aardappelen en groenten.

We hadden een hond en veel konijnen waar we met veel liefde voor zorgden.

Met de fiets

We hadden geen rijbewijs, dus waren we veel met de fiets weg en met het openbaar vervoer.

Louis , één van mijn zonen heeft gebouwd in de Fillipijnen, hij komt dus niet zo vaak meer op bezoek maar belt via de computer naar mij, lang leve de vooruitgang van de toekomst, bellen naar de andere kant van de wereld. Ik kom van de assistentiewoningen en nu verblijf ik op afdeling Morgendauw waar ik het goed stel. Ik krijg nog veel bezoek van mijn vrienden op de flats, verder blijf ik graag op de kamer. Bedankt voor de fijne babbel!!!



Op de babbel bij...

Pastoraal

Misschien is de zomertijd een gepaste tijd om eens na te denken en tot rust te komen met een bezinning in de geest van Sint-Franciscus: “De kracht om door te zetten”.

Er ging enige tijd overheen voor de jongeling Franciscus met beide voeten op de grond kwam te staan. Zijn vader had hoge verwachtingen in hem gesteld. Zijn aanzien bij de mensen kon er alleen bij winnen, als zijn zoon publiek optrad. Graag zag hij hem als een goed uitgeruste ridder ten strijde trekken, al had moeder Pica er haar bedenkingen bij. Wat een eer als hun zoon als overwinnaar uit de strijd zou komen! Het liep echter anders af. Franciscus belandde in de gevangenis. Als hij een jaar later uit de gevangenis van Perugia werd vrijgelaten, was hij diep ontmoedigd, hij voelde zich vernederd en verzielt, onzeker en machteloos. Hij gaf zijn ridderidealen op en zocht naar een nieuwe zin voor zijn bestaan. Hij walgde van de uiterlijke schijn van zijn voorgaand leven.

De toenmalige tijdgeest vertoont merkwaardige gelijkenissen met onze huidige maatschappij. Heel wat mensen blijken ongelukkig te zijn. Zich negatief opstellen tegen de samenleving is ook geen oplossing. Wellicht heeft Franciscus zich ook op een bepaald ogenblik met zijn vader verzoend. Maar om consequent in het

leven door te gaan, heeft de mens een vastere basis nodig, want bij de eerste ontgoocheling geraken sommigen al vlug buiten adem.

Het is interessant om in de Bijbel te zoeken en te ontdekken waar sommige mensen, die het allemaal zelf aan den lijve ondervonden hebben, de KRACHT hebben gehad om door te zetten. Ook zij zijn tegen de onzichtbare God tekeer gegaan en toch konden ze Hem niet loslaten, omdat Hij sterker was dan zichzelf.

Het is niet altijd gemakkelijk om consequent met onszelf te zijn. Keuzes kunnen ons verder brengen dan wij voorzien hadden. Daarom moet elke stap, hoe klein ook, een stap van geloof en vertrouwen zijn. Al denken wij soms dat we aan ons lot worden overgelaten, wij mogen geen medelijden hebben met onszelf.



Dit nodigt ons uit om in de zomertijd eens te bezinnen over onze houding tegenover andere mensen.

De grote wereldproblemen ontgaan ons niet. En onze stem is misschien miniem, maar de weg van bekering van Franciscus ging ook verder dan hij ooit kon voorzien. Heel wat mensen gingen hem navolgen. Stilaan groeide zijn invloed en het tij keerde bij de burgerlijke en kerkelijke overheid ten aanzien van hen die het minder goed hadden. Dat deed hij niet door de 'vierde wereld' te sponsoren, maar door meer respect te wekken voor de minsten der mensen van toen.



KLEINE LITANIE VAN FRANCISCUS

Jij, wonderlijke man,
bid voor ons, als dat kan:

dat wij de armen mogen eren
en met geen machten samenzweren,

dat wij de wolf in ons herkennen
en hem met mededogen temmen,

dat wij in vrede zullen groeten
al wie wij onderweg ontmoeten,

dat wij het vuur niet laten doven
en in de nacht de zon nog loven,

dat wij zelfs stervend zullen zingen
van alle goeds dat wij ontvingen.

Jij, wonderlijke man,
bid voor ons, als dat kan.

Afscheid

26/05/2024: Michiels Monique

14/06/2024: Van Mol Irène

17/06/2024: Van Impe Fredi

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

Iedere woensdag gaat er in de kapel om 10u een Eucharistieviering door.

Iedereen kan daaraan deelnemen.

Tijdens deze zomermaanden brengen we de rug en schouders extra onder de aandacht.

Er zijn veel mensen met pijn, beperkingen of blokkades ter hoogte van de rug en schouders. Dit kan heel variërend zijn door enerzijds 'slijtage', van het harde werken gedurende jaren en jaren, of door een ongeval en dergelijke situaties. Veelal kan er hier weinig verbeterd worden. Anderzijds zijn er ook veel mensen die ook stramme of zwakke spieren hebben. Aan deze laatste categorie kan er wel geoptimaliseerd worden.

Doe deze oefeningen dagelijks, en je zal het verschil voelen!

Startpositie: Lig op bed op de rug, met de benen gebogen in een driehoek.

Oefening: Duw het bekken en de onderrug in de matras van je bed.

Breng de rug terug in de startpositie.

Doe deze oefening 5 x.



Startpositie: Breng je handen in de bidhouding voor de borst.

Oefening: Duw de handen krachtig tegen elkaar naar beneden, zodat je de schouders voelt aanspannen.

Doe dit 5 x.



En hier duw ik
mijn handen naar
beneden.
Pffjew!



Fit en gezond

Train je brein

A) Ontcijfer deze landcodes op autonummerplaten:

- 1) NL
- 2) GB
- 3) DE
- 4) F
- 5) IT



B) Vertaal deze woorden naar het Nederlands:

- 1) un crayon (Frans)
- 2) hola (Spaans)
- 3) sehr gut (Duits)
- 4) birthday (Engels)
- 5) per favore (Italiaans)

- 1) Groot-Brittannië
- 2) Amerika

C

- 1) Een potlood
- 2) Hallo
- 3) Zeer goed
- 4) Verjaardag
- 5) Alsjeblieft

B

- 1) Nederland
- 2) Groot-Brittannië
- 3) Duitsland
- 4) Frankrijk
- 5) Italië

A

Oplossing

C) Welke landen horen bij deze vlaggen?



Piet Huysentruyt, Ben Crabbé en Lili en Marleen kleuren je dag

TV- kijken biedt voor iedereen een bron van vermaak en ontspanning. Ook mensen met dementie genieten hiervan. Het prikkelt het geheugen. Kijken naar oude films of series roepen herinneringen op. De TV kan een vriend zijn die helpt om het gevoel van alleen zijn te verminderen. Of misschien een afleiding vormen bij angstige of verwarde indrukken. Doordat televisieprogramma's op vaste tijdstippen worden uitgezonden, handhaaft het de dagelijkse routine.

Het bewust kiezen voor geschikte programma's maakt dat tv-kijken een aangename en nuttige activiteit blijft.

Pas op, er zijn ook nadelen bij teveel televisie of het kijken naar programma's met snelle beelden, harde geluiden of complexe verhaallijnen. Dit kan overweldigend en verwarrend zijn. Daarenboven kan er een misinterpretatie tussen fictie en werkelijkheid zijn.

Kies programma's die eenvoudig te volgen zijn. Vermijd teveel achtergrondgeluid en zorg dat het volume van de tv niet te hoog staat.

Kijktips:



National Geographic
Ment tv
Kookprogramma
Spelshows
Sportwedstrijden
Nostalgie-series
...

Veel kijkplezier!



Dienst Kinesithérapie

Deze maand stel ik jullie heel graag onze kinesitherapeuten voor, Betty en Connie.

Samen zorgen zij ervoor dat onze bewoners zich elke dag goed in hun vel voelen. Ze vinden het vooral heel belangrijk dat onze bewoners hier een 'thuis' hebben.

Ze proberen elke dag opnieuw om hen te activeren volgens de mogelijkheden die ze nog hebben. Ze leggen de nadruk vooral op een goede verstandhouding met de bewoners.

Betty Houari, de altijd goedlachse kine, werkt reeds 32 jaar bij ons.

Samen met haar man, Frank woont zij in Opwijk. Zij is de trotse moeder van 3 flinke dochters, Kim, Dina en Sara.

De 2 oudsten zijn ondertussen al het huis uit en hebben hun eigen stekje al gevonden in Grimbergen en Hofstade. Betty houdt vooral van koken en lekker eten. Dit zeker in goed gezelschap, want Betty is een echt familiemens.

Ze gaat heel graag op reis!

Als ze thuis is, vind je haar vaak terug in haar tuin. Ze is vrij gepassioneerd door alles van kruiden, bloemen, struiken,...

Haar 2 honden, Jack Russels, zijn haar hartendieven om mee te dollen.

Bij ouderen werken is haar ultieme wens altijd geweest. Na al die jaren kan ze oprecht zeggen nog nooit een enkele dag met tegenzin te komen werken!

Connie De Neve, de zachtaardige kine, werkt bijna 10 jaar bij ons.

Zij woont samen met haar man, Gunther in Hofstade.

Zij is moeder van 3 kinderen. Laurens is ondertussen orthopedisch chirurg, gespecialiseerd in elleboog en hand. Valerie, is in de voetsporen van haar moeder getreden en werkt als kinesitherapeute met kinderen.

Michiel, de jongste, is bio-ingenieur en behaalt bijna zijn doctoraatsdiploma. Daarnaast heeft ze 3 pluskinderen. Mieke en Kristien zijn leerkrachten in het lager onderwijs. Anne werkt als planner bij de firma Veolia. Alle 6 kinderen zijn het huis al uit. In haar vrije tijd zie je Connie vaak sporten: zij houdt van lopen, wandelen, padel en tennis.

Ze heeft al jaren een grote passie voor paarden.

In de vakantieperiodes vind je haar vooral met een glaasje wijn op een terras in de Provence! De streek waar zij en haar man verliefd op zijn!

Connie kan vooral ook enorm genieten van een lekker etentje op restaurant!

Connie is vooral gedreven in yoga, tai chi en meditatie. Zij geeft regelmatig sessies in ons WZC.

Samen vormen zij een geweldig duo die elke dag hun best doen om onze bewoners zich thuis te laten voelen.

Onze bewoners doen hen vooral nadenken over de toekomst en hoe zij zelf graag oud willen worden!!!



v.l.n.r. Connie De Neve en Betty Houari

Zomer

**zomer is zon
zomer is zee
zomer is strand**

**zon, zee, strand
is jou
is mij
is wij**

**jou en mij
met zon, zee, strand
is de perfecte zomer**

**is de zomer
om nooit
meer te vergeten**

**is de zomer
die ik eeuwig
opnieuw wil beleven**





We vieren mee met...

De jarigen van juli worden gevierd op 17 en 18 juli op de afdeling Proficiat aan:

MORGENDAUW:

02/07/1931: Van De Keere Anna
12/07/1943: Schockaert Erna
25/07/1936: Van Der Hoeven Marcel

STIL GELUK:

02/07/1931: Van Impe Simonne
03/07/1931: Van Cauter Eli
15/07/1935: Scheerlinck Arthur
23/07/1936: Van Rampelbergh Ileana
23/07/1943: Gees Marleen
25/07/1936: De Backer Annie
28/07/1934: Van Wijnendaele Agnes
29/07/1945: De Roeck Lina
31/07/1934: Segers Louise

DE PASTORALE:

25/07/1939: Hermans Maria
30/07/1936: Van Impe Willy



De jarigen van augustus worden gevierd op 27 en 29 augustus in de leefruimte of polyvalente zaal
Proficiat aan:

MORGENDAUW:

13/08/1953: Daelman Erik
17/08/1930: De Loose Camiel

STIL GELUK:

18/08/1943: Maesschalck Gilbert
21/08/1933: De Loose Suzanne

DE PASTORALE:

02/08/1941: Carkers Herman
05/08/1949: Maesschalck Juliana
09/08/1949: Bourgeois Rita
25/08/1945: Lievens Anita

Een positieve noot

Watertekort?
Deze zomer doen
we geen water bij
de wijn!

Aardbeien yoghurtijs

Zelfgemaakt romig ijs met verse aardbeien, slagroom en yoghurt. Makkelijk te maken zonder ijsmachine en heerlijk als dessert.

Ingrediënten:

voor 8 porties:

- 400 ml slagroom
- 1 blikje gecondenseerde melk (397 gram)
- 2 theelepels vanille aroma
- 700 gr aardbeien
- 340 gr Griekse yoghurt

Bereidingswijze:

- Pureer de aardbeien fijn met een staafmixer of keukenmachine.
- Klop de slagroom net niet stijf met een mixer. Voeg halverwege de gecondenseerde melk en vanille aroma toe. Voeg de Griekse yoghurt toe en mix er nog kort door.
- Mix daarna de gepureerde aardbeien erdoor.
- Giet het mengsel in een schaal en zet in de vriezer.
- Schep het ijs om het half uur een paar keer door zodat er geen/minder ijskristallen ontstaan en je romig(er) ijs krijgt. Doe dit ca. 4 keer
- Laat het daarna geheel bevroren in ca. 4 uur en garneer eventueel met wat verse aardbeien en aardbeienpuree.



WANDELEN ALPACA: 11 juni

We gaan wandelen met Alpaca's in Erembodegem in de namiddag.

**VIERING VAN DE JARIGEN: 17 en 18 juli**

Alle jarigen worden gevierd tijdens ons verjaardagsfeest. Iedereen is welkom voor iets lekkers en een tasje koffie vanaf 14u.



DEMONSTRATIE JUWEELTJES: 12 augustus

Iedereen van harte welkom in onze polyvalente zaal vanaf 14u voor een demonstratie met juwelen.

Er komt een dame juwelen voorstellen waar aankoop achteraf mogelijk is.

VIERING VAN DE JARIGEN: 27 en 29 augustus

Alle jarigen van de maand augustus worden gevierd. Kom ook genieten van iets lekkers! Allen welkom in de polyvalente zaal of leefruimte.

125 JAAR BESTAAN ST JOZEF : Voor de pastorale gaat dit door op 29 augustus, voor het WZC op vrijdag 30 augustus

St.Jozef bestaat 125 jaar en dat gaan we vieren!!!

De bewoners van de assistentiewoningen zijn welkom op donderdag 29 augustus vanaf 11u30 voor een heerlijke barbecue en allerlei lekkernijen.

De ganse namiddag wordt opgevrolijkt met live muziek.

Allemaal welkom!!!



De bewoners van het WZC mogen, net als bij de familiedag, 2 familieleden uitnodigen en meebrengen naar dit feest.

We zorgen voor live muziek, allerlei lekkere gerechtjes, veel sfeer en gezelligheid!

We toveren de tuin om tot een zomertuin en hopen uiteraard dat de zon van de partij is!

Allen welkom voor het aperitief vanaf 11u30!



Activiteitenkalender JULI 2024

Juli 2024 Morgendauw						
Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
1 wandelen	2 DAR vergadering	3 10u Eucharistieviering Fietsen	4 Kooknamiddag fruitsalade met platte kaas	5 Uitstap	6	7
8 Milkshake maken	9 Spel Paardenrace	10 10u Eucharistieviering Fietsen	11 Wandeling met alpaca	12 Wandeling warandepark	13	14
15 Relaxatiebad	16 Individuele therapie	17 10u Eucharistieviering Snoezelen	18 Viering van de jarigen	19 Individuele therapie	20	21
22 Fijne motoriek	23 Motomed	24 10u Eucharistieviering Bingo	25 Yoga	26 Verwennamiddag	27	28
29 Actuele namiddag	30 Spelnamiddag	31 10u Eucharistieviering Kaarten				

Activiteitenkalender AUGUSTUS 2024

Augustus 2024 Morgendauw						
Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
			1 Netbal	2 Wandeling	3	4
5 Individuele therapie	6 Krea	7 10u Eucharistieviering Krea	8 Motomed	9 Muzieknamiddag in de tuin	10	11
12 Demonstratie Elegance met juwelen	13 Spelnamiddag	14 10u Eucharistieviering Belevenistafel	15 OLV Hemelvaart	16 Individuele therapie	17	18
19 Reis rond Europa 'Frankrijk'	20 Reis rond Europa 'Italië'	21 10u Eucharistieviering Reis rond Europa 'Spanje'	22 Reis rond Europa 'Nederland'	23 Reis rond Europa 'Duitsland'	24	25
26 Yoga	27 Viering van de jarigen	28 10u Eucharistieviering Voorbereiding 125 jaar	29 Snoezelen	30 125 jarig bestaan St. Jozef	31	