



Campus De Vliet

Tijdschrift maand **april** 2025

Het Vlietje



Voorwoord

Beste bewoners, familieleden, medewerkers en vrijwilligers,
In dit voorwoord wil ik twee bijzondere momenten van de maand maart onder de aandacht te brengen.

- De eerste week van maart was er de **Week van de vrijwilliger**.



Vrijwilligers zijn een onmiskenbare schakel in de zorg en welzijn van onze bewoners. Zij zijn er met hun hart, hun tijd en hun energie. Ze luisteren, helpen bij activiteiten, bieden gezelschap en zorgen ervoor dat iedereen zich goed voelt. Hen willen we van harte bedanken voor hun onbaatzuchtige bijdrage en betrokkenheid.

- Op zondag 16 maart 2025 was het de **Dag van de zorg**. Een dag waarop er extra aandacht is voor de zorgsector.



Onze medewerkers, in elke functie, werken dagelijks met geduld, toewijding en liefde voor het welzijn van onze bewoners, zij doen hun uiterste best om hen hier thuis te laten voelen. We willen alle medewerkers van harte danken voor hun inzet en toewijding.

Deze twee bijzondere momenten geven ons de kans om de mensen die in de zorg werken en zich als vrijwilliger inzetten, in het zonnetje te zetten. We kunnen ons gelukkig prijzen dat we een organisatie hebben waarin warme zorg en aandacht voor elkaar centraal staan.

Laten we samen blijven werken aan een warme en zorgzame omgeving waar iedereen zich gewaardeerd voelt, niet alleen op speciale dagen, maar elke dag van het jaar.

Met warme en dankbare groet,

Martine Steendam

Directeur facilitaire dienstverlening



Hieperdepiep HOERA!



Boone Basilius Julian	09/04/1932	93 jaar
De Vylder Ingrid	18/04/1955	70 jaar
Ravyts Willy	23/04/1943	82 jaar
Rosseels Gilberta	24/04/1945	80 jaar
Van De Vyver Marcella	25/04/1930	95 jaar
Comeyne Janine	29/04/1935	90 jaar



Activiteiten De Parel

- ✓ **Elke maandag staat er een bewegingsmoment op de planning vanaf 9u30.**
- ✓ **Elke woensdag om 9u30 is er een snoezelmoment in de living van de nieuwbouw.**

Dinsdag 01/04/2025	15u Optreden San en Jan in de polyvalente zaal.
Woensdag 02/04/2025	14.30u Knutselactiviteit met kinderen op de afdeling.
Donderdag 03/04/2025	Gans de dag is het rolstoel carwash met leerlingen in de polyvalente zaal / terras.
Vrijdag 04/04/2025	10u Gebedsmoment in de polyvalente zaal.
Maandag 07/04/2025	9u We maken verse vlaaien tgv jaarmarkt.
Dinsdag 08/04/2025	9u We gaan naar de jaarmarkt. (met beurtrol)
Woensdag 09/04/2025	14u Traktatie voor de jarigen van de maand.
Donderdag 10/04/2025	In de voormiddag is er gelegenheid om de communie te ontvangen. 14.30u We bakken verse pannenkoeken in de poly. zaal.

Vrijdag 11/04/2025	10u Gebedsmoment met palmwijding in de polyvalente zaal
Dinsdag 15/04/2025	8u Ontbijtbuffet.
Vrijdag 18/04/2025	10u Goede Vrijdagviering in de polyvalente zaal.
Dinsdag 22/04/2025	15u Dansfeest ikv de "Week van de valpreventie" in de poly zaal.
Woensdag 23/04/2025	9.30u Gezondheidswandeling met smoothie ikv " Week van de valpreventie ".
Donderdag 24/04/2025	Restaurant dag. Vanaf 14u schoenverkoop in de polyvalente zaal.
Vrijdag 25/04/2025	10u Paasdienst met communie in de polyvalente zaal.
Dinsdag 29/04/2025	14.30u We gaan inkopen doen naar het tuincentrum.

Restaurantdag

We nodigen u van harte uit voor ons restaurantmoment, speciaal georganiseerd voor onze bewoners, hun familie of bezoekers, op **donderdag 24 april 2025** om 11.15 uur.

Dit is een gelegenheid om samen te genieten van een heerlijke maaltijd, in een warme en aangename sfeer.

Voor de prijs van **22.5 euro** stelt de chef ons een verrassingsmenu voor.

Aperitief

Champignonsoep

Varkenswangetjes met witloofslaatje en Frietjes

Koffie en gebak

Kom samen tafelen, verhalen delen en mensen ontmoeten tijdens een ontspannen en culinaire middag.

Inschrijven kan tot vrijdag 11 april 2025 .

Voor 22.5 euro per persoon te storten op het volgende rekeningnummer : **BE86 7755 9492 3350** met vermelding van "de naam van de bewoner en hun kamernummer".

Opgelet: het aantal plaatsen is beperkt, we sluiten de inschrijving stipt af.

Met vriendelijke groeten,

Anja en Karine, begeleiders wonen en leven

Anja.heirman@zorgnetwerktrento.be

Karine.vanboven@zorgnetwerktrento.be



Activiteiten De Waterlelie

- ✓ **Elke maandag** staat er een bewegingsmoment op de planning vanaf **10 uur**.
- ✓ **Elke woensdag** doen we een activiteit naargelang de weersomstandigheden(wandelen, netbal, boccia, spelmoment)
- ✓ **Elke vrijdag** is er een pastoraal aanbod en een snoezelmoment in de namiddag.

Dinsdag 01/04/2025	15u Optreden San en Jan in de polyvalente zaal.
Woensdag 02/04/2025	Voorm. Communieter op de afdeling
Donderdag 03/04/2025	8u Ontbijtbuffet Gans de dag is het rolstoel carwash met leerlingen in de polyvalente zaal / terras.
Vrijdag 04/04/2025	10u Gebedsmoment in de polyvalente zaal.
Maandag 07/04/2025	9u We maken verse vlaaien tgv jaarmarkt.
Dinsdag 08/04/2025	9u We gaan naar de jaarmarkt. (met beurtrol)
Donderdag 10/04/2025	14.30u We bakken verse pannenkoeken in de poly. zaal.

Vrijdag 11/04/2025	10u Gebedsmoment met palmwijding in de polyvalente zaal
Donderdag 17/04/2025	14u Verjaardagsfeest met lotto
Vrijdag 18/04/2025	10u Goede Vrijdagviering in de polyvalente zaal.
Dinsdag 22/04/2025	15u Dansfeest ikv de "Week van de valpreventie" in de poly zaal.
Woensdag 23/04/2025	9.30u Gezondheidswandeling met smoothie ikv " Week van de valpreventie ".
Donderdag 24/04/2025	Restaurant dag. Vanaf 14u schoenverkoop in de polyvalente zaal.
Vrijdag 25/04/2025	10u Paasdienst met communie in de polyvalente zaal.
Dinsdag 29/04/2025	14u Nagelverzorging

WZC DE VLIET ORGANISEERT EEN

SCHOENENVERKOOP

**DONDERDAG 24 APRIL
OM 13U**

Wat zijn veilige schoenen?:



Inschrijvingsstrookje

Ik..... (naam), wens dat jullie samen
met mijn familielid (naam bewoner)
nieuwe schoenen kiezen die op de factuur mogen verrekend worden voor
maximum euro.

Speciale wensen:



Week van de valpreventie



De 14^{de} editie van de Week van de Valpreventie is in aantocht! Deze week gaat door van 21 tot en met 27 april 2025. Met de slogan 'Ik neem mijn valrisico onder de loep en bespreek het' sporen we alle oudere personen, mantelzorgers, familie, verenigingen, organisaties, woonzorgcentra, zorgverleners... aan om valpreventie bespreekbaar te maken.

Tijdens week van de valpreventie organiseren we verschillende activiteiten die ons bewust maken van de risico's en de gevolgen van vallen, maar geven we ook veel tips om vallen te voorkomen.

Één van de belangrijkste tips hierbij is het dragen van goed schoeisel. Kijk gerust eens bij je eigen schoenen of pantoffels of ze veilig zijn.

Gebruik hiervoor de tips op de volgende bladzijde.

Om valpartijen te voorkomen is het ook zeer belangrijk dat je kamer veilig is ingericht. Staat er materiaal dat je niet meer gebruikt? Verwijder het dan of laat het verwijderen. Ga hierover

gerust in gesprek met uw familie en de medewerkers.

Hier nog enkele tips voor een valveilige kamer:

- Leg geen matten in je kamer.
- Laat het licht 's nachts branden in de badkamer als je zelf naar het toilet gaat.
- Staan er niet teveel stoelen of krukjes in de kamer?
- Is je tafeltje niet te groot en liggen er niet teveel spullen op?
- Heb je plaats om in je kamer te bewegen met je rollator?
- Heb je een goede relaxzetel met sta-op functie?

Wij merken op in De Vliet dat er nog verbetering mogelijk is, dus kijk het graag eens na!



Netbaltoernooi



**NETBALTOERNOOI
VOOR KWETSBARE
OUDEREN
2025**

**HET OFFICIEUZE
VLAAMS KAMPIOENSCHAP**
WIE HET TOERNOOI WINT,
MAG ZICH EEN JAAR LANG
VLAAMS KAMPIOEN
NOEMEN.

**VRIJDAG
9 MEI 2025**

AANVANG OM 13U00
EINDE OM 17U00

PLAATS: SPORTHAL DE KLODDE
DENDERMONDEBAAN 10
9240 ZELE

 **TRENTO**
how strong we work

 **ZeLe**
voluit

Zwemmen

Op ... (datum) gaan we zwemmen. Voor degenen die dit vroeger heel fijn vonden of nu ook wel zin hebben om nog eens te zwemmen, is dit de ideale gelegenheid.

We gaan naar het Zwembad van Lokeren.

Waarom zwemmen?

Bij zwemmen is het risico op blessures extreem laag in tegenstelling tot andere sporten, want het water draagt je lichaam. Alle grote spiergroepen worden getraind, je botten en gewrichten worden beschermd.



Je houdt het heft in eigen handen en kan zelf kiezen hoe hard, lang je zwemt en op welke manier je dit doet. Je kan zowel ontspannen tijdens het zwemmen als op hoger tempo.

Velen denken dat minder bewegen goed is om vallen te voorkomen. Echter door minder te bewegen zullen de coördinatie, spiermassa en spierkracht – en ook je zelfvertrouwen – achteruitgaan. Bij het zwemmen is de kans op vallen minimaal.

Het warme water vergroot het ontspanningseffect en het koude water werkt (op termijn onder meer ontstekingsremmend).

Met zwemmen bouw je niet alleen spiermassa op, maar verbrand je ook aardig wat calorieën. Hoe harder je zwemt, hoe meer je er zal verbranden.

Zwemmen is ook de geschikte sport voor senioren met hart- en vaatklachten. Het verlaagt op termijn hoge bloeddruk. Ook werkt

zwemmen preventief om zulke problemen te voorkomen. Verder bevordert zwemmen in koud water de doorbloeding van je hele lichaam en heeft het een positieve invloed op de elasticiteit van je hartvaten en bestrijdt het het risicofactor LDL-cholesterol (slecht).

Zwemmen boost je brein. Het zorgt ervoor dat spieren en gewrichten minder stijf worden waardoor je ook mentaal ontspant. Ook stimuleert het onze gelukshormonen die stress-verlagend werken en je concentratie, impulscontrole, zelfvertrouwen en stemming verbeteren.

Ook de kwaliteit van slapen verbetert door (regelmatig) zwemmen. De oorzaken zijn nog niet helemaal duidelijk, het zou te maken kunnen hebben met de combinatie van fysieke inspanning en de gunstige effecten op onder meer je hartslag en bloeddruk. Verder zou je door zwemmen ook gemiddeld sneller in slaap vallen en een diepere nachtrust ervaren.

De betere doorbloeding houdt na het zwemmen nog een tijdje aan, waardoor ook je brein beter met onder meer zuurstof wordt verzorgd.

Verder stimuleert zwemmen bepaalde stoffen in je brein waardoor hersencellen beter met elkaar verbinden. Meer verbindingen zorgen er onder andere voor dat je meer initiatief neemt, flexibeler denkt, je probleemoplossend vermogen vergroot en je gemotiveerder bent. Bovendien verbetert je korte- en langetermijngeheugen.

[Zwemmen Voor Senioren: Fit & Gezond](#)

Inschrijvingsstrookje

Ik (naam), zou graag mee willen gaan zwemmen. Ik heb thuis wel/geen (omcirkel wat van toepassing is) zwemkledij ter beschikking.



Mag het wat luider...

Mag het wat LUIDER ...

Het positief in beeld brengen van de ouderenzorg is meer dan ooit belangrijk, zeker in deze tijden van negatieve en éénzijdige berichtgeving in de media.

Tom Baele is stichter en bezieler van de website "Mag het wat luider?" en brengt goed nieuws over actieve ouderen, ouderen en zorg. Hij bundelt zoveel mogelijk goed nieuws over ouderen, bewoners van woonzorgcentra, mantelzorgers,...en verspreidt het maximaal. Hij werkt hiervoor samen met 'spelers uit het veld' en kan steunen op een krachtige adviesraad.

Collega Leen Foubert, ergotherapeute in campus Sint-Jozef brengt sinds kort wekelijks op woensdag een bijdrage in beeld. De link naar de website vind je hier:

<https://maghetwatluider.be/>



Minigebruikersraad

Verslag minigebruikersraad De Waterlelie 13 maart 2025

- Inzake **veiligheidsgevoel** heerst wat onrust onder bewoners doordat recent een aantal vermoedens rond diefstal werden geuit.
We blijven in eerste instantie inzetten op preventieve maatregelen (deur op slot als je de kamer verlaat – zo weinig mogelijk geld op de kamers).
Bewoners vermelden dat het ronddolen van medebewoner voor hen eerder hinderlijk is.
We denken na over hoe we dit nog meer kunnen kaderen. Er wordt momenteel ook nagedacht over hoe we de afdeling een veilige omgeving kunnen maken voor iedereen die er verblijft. Er is geen pasklare oplossing maar we testen een aantal zaken uit.
- **Inzake zinvolle dagbesteding** : uiten bewoners dat gezelschapsspelen in de leefruimte fijn zijn, sommige bewoners houden vast aan hun krant. Algemeen is men tevreden over de inspanningen die op dit vlak worden gedaan in De Vliet.
- Recente wijzigingen van de **leefruimtes**, zijn voor sommige bewoners moeilijk. Bewoner mist het eten in de leefruimte nieuwbouwvleugel. Door aanpassing hebben we de indruk dat er opnieuw meer wordt gepraat tijdens de maaltijdmomenten.
Door de ombouw van de leefruimtes zijn we nog zoekende omtrent aanpak rollators, we werken aan een structurele aanpassing.

- Over de **decoratie** en het **poetsen van de kamer** zijn geen opmerkingen.
Deur toilet nieuwbouw staat meer toe – wel geurhinder door dolende bewoner(s).
 - **Maaltijden** : vooral in zone 2 en 3 blijft men opmerken dat het middagmaal vaak niet warm genoeg is.
Restaurantdag was alweer een succes. Er zal een beurtrol worden uitgewerkt voor bewoners die deelnemen zonder familie om eveneens in de polyvalente zaal van de sfeer te kunnen proeven.
Op tijd en stond een goede 'apero' wordt gesmaakt!
 - **Verzorging** : bewoner zegt niet te willen verzorgd worden door mannelijke collega – hierrond info gegeven over de werking – gevraagd iedereen een kans te geven. Men meldt ook dat het bij medewerkers die onvoldoende Nederlands spreken moeilijk is elkaar te begrijpen.
 - **Activiteiten** : bezoek aan Donk en zee zijn gepland. Er zullen ook kleinere uitstappen zijn. Men denkt hierbij aan kermis in Zele. Er leeft het plan om eens te gaan zwemmen – bewoners die interesse hebben dienen dit te melden aan de ergo's (Silke en/of Joline).
Sommige bewoners hebben nu afstandsbediening voor televisie (doordat huur tv nu inbegrepen is in de dagprijs).
- Volgende minigebruikersraad De Waterlelie :**
donderdag 12 juni 2025 om 10u

Terugblik







Menu april

1 Di

Tomatensoep
Hepsenrolletje met witloof
In den oven met puree
Fruitsalade

2 Woe

Witloofsoep
Kipfilet met jagersaus
Gestooft worteltjes
Gebakken aardappelen
Rijstpap

3 Do

Kippensoep
Scampi met groentjes in de looksaus
Frietjes
Dessert van de chef

4 Vr

Wortelsoep
victoriabaars met wittewijnsaus
Puree
Praliné mousse

5 Za

Champignonsoep
Slavink
Gestooft broccolirosjes
Natuuraardappelen
Roomijs

6 Zo

Knolseldersoep
Hongaarse Goulash
Kroketjes
Gebak

7 Ma

Minestrone
Luikse balletjes
Gebakken petat
Witloofslatje
Vanillepudding

8 Di

Preisoep
Kalkoensteak met portosaus
Boontjes met spek
Natuuraardappelen
Fruitsalade

9 Woe

Tomatensoep
Pasta met kip in de romige kruidensaus en spinazie
Rijstpap

10 Do

Juliennesoep
Steak/hamburger met champignonsaus
Lentesla
Frietjes
Dessert van de chef

11 Vr

Knolseldersoep
Visstick
Tartaarsaus
Wortelpuree
Straciatellamousse

12 Za

Courgettesoep
Pens met appelmoes
Puree
Roomijs

13 Zo

Paprikasoep
Tong in madeira
Tomatensalade
Kroketjes
Gebak

14 Ma

Ajuinsoep
Cordon bleu
Schorseneren in de witte saus
Gebakken aardappel
Koffiepudding

15 Di

Broccolisoe
Spaghetti
Fruitsalade



16 Woe

Julienesoep
Varkensreepjes in zoetzure saus met verse
groentjes
Gebakken rijst
Vanillepudding met rozijnen

17 Do

Tomatensoep met balletjes
Frietkot!!!
Dessert van de chef

18 Vr

Aspergesoep
Gebakken zalm met pesto
Knolselderpuree
Meloen

19 Za

Kervelsoep
Kippenbil met appelmoes
Natuuraardappelen
Roomijs

20 Zo

Gevogeltesoep
Vogelnestje met kroketten
Witloofslatje
Eclair

21 Ma

Wortelsoep
Kalkoenrollade met appelsiensaus
Wedges
Slaatje
paasgebak

22 Di

Preisoep
varkenslapje met dragonsaus
Gestoofd witloof
Gebakken aardappelen
Fruitsalade

23 Woe

Tomatensoep
Ovenschotel met gehakt, bloemkool en
kaassaus
Rijstpap

24 Do

Champignonsoep
Vlaamse stoverij
Witloofslaatje
Frietjes
Dessert van de chef

25 Vr

Gevogeltebouillon
Vispannetje
Wortelpuree
Druiven

26 Za

Aardappelsoep
Zwarte en witte pens
Rode kool
Natuuraardappel
Roomijs

27 Zo

Paprikasoep
Ardeensgebraad met portosaus
Boontjes met spek
Rösti
Gebak

28 Ma

Ajuinsoep
Chipolata
Vleessaus
Wortelpuree
Fruitsalade

29 Di

Wortelsoep
Pasta Carbonara
Gemalen kaas
Pudding

30 Woe

Tomatenroomsoep
Blinde vink met ajuinsaus
Erwtjes
Gebakken aardappelen
Rijstpap

Pastoraal hoekje

April, paastijd...



Sta op uit alles wat je hart en ziel bevangt
en je weerhoudt om je te keren
naar het onaantastbaar licht.

Wij zijn toch niet geboren voor de dood,
maar voor het leven
dat doorheen alles in de kleinste kiem
opnieuw verschijnt.

Er is een kracht in mensen neergelegd
die aan een goddelijke kracht ontspringt.

Want zie, het is gebeurd toen Iemand
ook voorbij zijn sterven
weer onder vrienden zichtbaar werd
en woorden nieuwe adem kregen.

Het werd een lied voor iedereen:

'Sta op en durf de weg te gaan
die door de nacht leidt naar het ongenaakbaar leven.'

Kris Gelaude



Uitkijken naar het licht
dat de duisternis verdrijft.

Uitkijken naar de warmte
die ons weer tot leven brengt.

Verlangen naar nabijheid
die ons doet opkomen voor elkaar.

Geloven in de verrijzenis,
nieuwe levenskansen voor elk van ons.

Geloven in Zijn verrijzenis,
onze uiteindelijke hoop.

Moge dit paasfeest
ons doen leven in Zijn spoor.
Antoon Vandeputte



Een zalige, levengevende Pasen gewenst,
Kristien – pastorale werkster

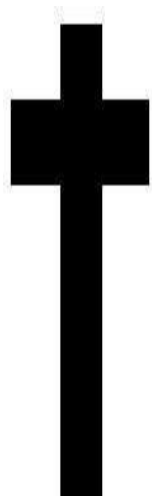
Nieuwe bewoners

Van harte welkom aan onze nieuwe bewoners,

Van Damme Leonie

12/03/2025

Afscheid

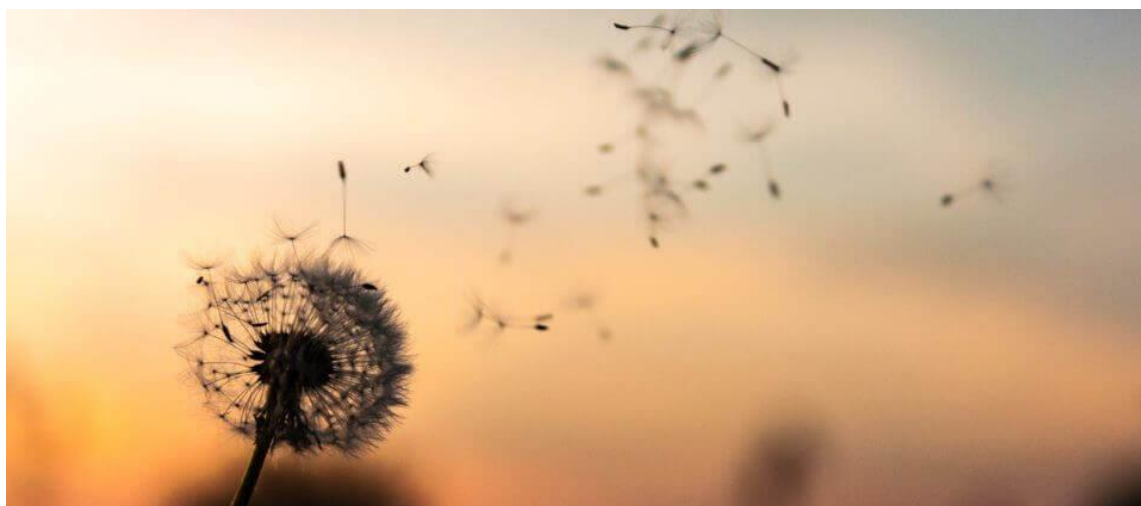


Christiaens Marie-Lou

28/02/2025

Van Lunter Alfons

07/03/2025



Grapjas...

Er waren eens twee gekken in de woestijn. De ene gek had een autodeur bij zich. De andere vroeg waarom hij die deur meesleurde. Antwoordt de ene gek "Als het straks te warm wordt, dan kan ik een raampje open zetten!"

Twee jagers lopen in het bos als één van hen ineens in elkaar zakt. Hij lijkt niet meer te ademen en zijn maatje bedenkt zich geen moment en belt 112. 'Mijn vriend is dood! Wat kan ik doen?' zegt hij in paniek. De telefoniste antwoordt: 'Rustig maar, ik ga kijken of ik je kan helpen. Om te beginnen moeten we zeker weten dat hij dood is.' Het blijft even stil en daarna klinkt er een geweerschot. De man komt terug aan de telefoon en zegt: 'Oké, wat nu?'

Een man zit in de kroeg en opeens haalt hij een glazen oog uit zijn zak. Hij gooit het oog tegen het raam. En daarna nog een keer. De barman kijkt hem geschrokken aan en vraagt: 'Wat doe jij nou?' Waarop de man antwoordt: 'Oh, ik kijk of mijn fiets er nog staat.'

Piet kan niet slapen vanwege de herrie bij de burens die een feestje hebben. Hij is het zat en bonkt op de muur. Steeds harder en wel een uur lang, maar zonder resultaat. De volgende middag komt hij de buurman tegen. "Gast, heb je me vannacht niet op de muur horen bonken?"

"Ja inderdaad, maar dat geeft niet hoor. We hadden toch een feestje..."

Wist je dat?

April

De maand april is de vierde maand van de Gregoriaanse kalender. In de Oud-Romeinse kalender was het de tweede maand. De maand april telt dertig dagen. April zou komen van het Latijnse *aperire*, wat openen betekent. Het zou verwijzen naar de planten en de bloemen die terug beginnen groeien en bloeien. Andere benamingen voor de maand april zijn grasmaand, kiemmaand, paasmaand en eiermaand. Allemaal benamingen die voor zich spreken.

Puzzelplezier

Thema: monumenten

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

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

Aanpassen	Aanzicht	Beheer	Bouwstijl
Burcht	Esthetisch	Fraai	Front
Herinnering	Identiteit	Intact	Interessant
Jaartal	Kantelen	Kerken	Klooster
Landhuis	Paleis	Periode	Restauratie
Romaans	Sfeer	Spitsboog	Station



Schoonheid voor iedereen.

BZN



Campus De Vliet

Tijdschrift maand **april** 2025