



Campus De Vliet

Tijdschrift maand **maart** 2026

Het Vlietje



Voorwoord

Beste bewoners, families, medewerkers, vrijwilligers en vrienden van Zorgnetwerk Trento,

Van 28 februari tot en met 8 maart vieren we de **Week van de Vrijwilliger**. Voor ons is dat hét moment om stil te staan bij mensen die elke dag mee het verschil maken.

Onze vrijwilligers tonen wat onze slogan écht betekent: **“de kracht van samenwerken, voor en door mensen.”**

Met hun tijd, hun aandacht en hun betrokkenheid dragen zij bij aan het welzijn van onze bewoners. Ze wandelen mee, luisteren, helpen bij activiteiten of zorgen gewoon voor een warm gesprek. Maar hun impact reikt verder dan onze muren. Zij versterken de band tussen ons woonzorgcentrum en de buurt waarin we leven en werken.

Betekenisvol zijn voor anderen stopt niet aan de voordeur van onze campus. Het krijgt vorm in kleine gebaren, in ontmoeting en in samenwerking. Onze vrijwilligers belichamen precies dat: zorg die groeit in verbondenheid met mensen rondom ons.

Daarnaast loopt momenteel de tevredenheidsbevraging van het VIKZ. We willen iedereen die de vragenlijst reeds invulde oprecht bedanken. Jullie feedback helpt ons om scherp te blijven, te verbeteren waar nodig en te versterken wat goed loopt. Wie de bevraging nog niet invulde, willen we warm uitnodigen om dit alsnog te doen. Ook dat is samenwerken — samen nadenken over

hoe we betekenisvol kunnen blijven voor bewoners én hun omgeving.

Dank aan iedereen die hier dagelijks aan bijdraagt.

Met warme groet,
Elke Raman



Hieperdepiep HOERA!



Steels Denise	01/03/1940	86 jaar
Vercauteren Juliette	02/03/1944	82 jaar
Van Geeteruyen Rita	05/03/1947	79 jaar
Gysens Etienne	07/03/1948	78 jaar
Mannaert Joanna	16/03/1934	92 jaar
Clinckspoor Rita	16/03/1947	79 jaar
de Leenheer Anette	21/03/1936	90 jaar
Van Hese Julia	23/03/1940	86 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 03/03/2026	15u Optreden Bert Dumoulin in de poly zaal.
Donderdag 05/03/2026	14u Traktatie voor de jarigen van de maand met verse wafels.
Vrijdag 06/03/2026	10u Pastoraal snoezelen.
Dinsdag 10/03/2026	15u Verkoop van lente-en zomerkledij in de poly zaal.
Donderdag 12/03/2026	14u We bakken verse pannenkoeken in de poly zaal.
Zaterdag 14/03/2026 Zondag 15/03/2026	8.30u Ontbijtbuffet met familie. (enkel na inschrijving)
Maandag 16/03/2026	In de namiddag bakken we verse oliebollen op de afdeling.
Donderdag 19/03/2026	9.30u We maken verse soep. In de loop van de voormiddag is er gelegenheid om de communie te ontvangen.
Vrijdag 20/03/2026	10u Contactkoor.

Maandag 23/03/2026	9.30u We maken verse vlaaien tgv jaarmarkt.
Dinsdag 24/03/2026	9u We gaan naar de jaarmarkt.
Vrijdag 27/03/2026	9.30u Gebedsdienst met communie in de kapel.
Maandag 30/03/2026	8u Ontbijtbuffet. 10u Mini-gebruikersraad.

Vrijdag 13 maart en zaterdag 14 maart is de cafetaria gesloten omwille van de voorbereidingen van het ontbijtbuffet.

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 snoezelmoment in de namiddag.

Dinsdag 03/03/2026	15u Optreden Bert Dumoulin
Donderdag 05/03/2026	14u Nagelverzorging
Dinsdag 10/03/2026	14u Lente- en zomerkledijverkoop
Donderdag 12/03/2026	14.30u We bakken verse pannenkoeken
zaterdag 14/03/2026 Zondag 15/3/2026	8.30u Ontbijtbuffet met familie (enkel na inschrijving)
Dinsdag 17/03/2026	Voorm. Communieter Afdeling 14u Verjaardagsfeest met Lotto
Maandag 23/03/2026	9.30u We maken verse vlaaien in de polyvalente zaal
Dinsdag 24/03/2026	09u We gaan naar de jaarmarkt
Maandag 30/03/2026	In de namiddag bakken we verse oliebollen !

Vrijdag 13 maart en zaterdag 14 maart is de cafetaria gesloten omwille van de voorbereidingen van het ontbijtbuffet.

Ontbijtbuffet!

Beste bewoner, familie, medewerkers en ...



Met genoeg nodigen wij jullie uit voor een **gezellig ontbijtbuffet**.

We organiseren dit in het weekend van **14 en 15 maart 2026** telkens tussen **8.30u en 10.30u**.

Jullie kunnen dan genieten van een uitgebreid buffet met voor elk wat wils.

Jullie aanwezigheid zal niet alleen zorgen voor een uniek **familiemoment** samen met de bewoners, maar zal ook een dankbare bijdrage zijn aan het **welzijn** van onze bewoners.

We bieden dit aan voor de prijs van **20 euro** voor volwassenen en **10 euro** voor kinderen tot 12 jaar. Onze bewoners eten gratis.

Gelieve jullie deelname te bevestigen door het juiste bedrag over te schrijven op rek.nr. **BE86 7755 9492 3350**, met vermelding van de datum, de naam van de bewoner, het aantal volwassenen en kinderen. Wij verwelkomen ook graag onze medewerkers met hun gezin, familie en vrienden.

Inschrijven kan **tot en met maandag 2 maart 2026**. Om organisatorische reden sluiten we deze inschrijving strikt af.

Hartelijk dank voor jullie steun, we kijken er alvast naar uit om jullie talrijk te verwelkomen op dit gezellig moment!

Samen dragen we bij aan een warmere en zorgzamere gemeenschap!

Hartelijke groeten,

Anja Heirman, anja.heirman@zorgnetwerktrento.be

Karine Van Boven, karine.vanboven@zorgnetwerktrento.be

Begeleiders wonen en leven.



Frisse lucht

Gezonde binnenlucht: ademruimte om u goed te voelen

We brengen een groot deel van onze dag binnenshuis door. Daarom is **gezonde binnenlucht** erg belangrijk voor ons comfort en onze gezondheid. Frisse lucht helpt om beter te ademen, vermindert vermoeidheid en kan klachten zoals hoofdpijn of een droge keel helpen voorkomen.

Waarom is ventileren zo belangrijk?

In een kamer hopen zich ongemerkt stoffen op: uitgeademde lucht, vocht, schoonmaakproducten... Zonder voldoende frisse lucht blijven die hangen. Dat kan zorgen voor een muffe geur, maar ook voor minder goede luchtkwaliteit.

Goede ventilatie:

- zorgt voor **voldoende zuurstof**
- helpt **virussen en bacteriën** te verminderen
- voorkomt **schimmel en vochtproblemen**
- geeft een **frisser en aangenamer gevoel**

Ventileren of verluchten: wat is het verschil?

- **Ventileren** betekent dat er **continu** verse lucht binnenkomt, bijvoorbeeld via ventilatieroosters of een ventilatiesysteem. Dit gebeurt vaak automatisch.
- **Verluchten** is het **kort openen van ramen**, bijvoorbeeld 5 tot 10 minuten, één of meerdere keren per dag.

Beide zijn belangrijk en vullen elkaar aan.

Praktische tips voor elke dag

- Zet dagelijks even een raam open, ook in de winter (kort maar krachtig).
- Verlucht extra na het opstaan, na bezoek of na het poetsen.
- Zet verwarming even lager tijdens het verluchten.
- Sluit ventilatieroosters niet af, ook niet bij koud weer.
- Ruikt de kamer fris? Dan zit u meestal goed.
- Beperk het aantal personen in een kleine ruimte.

Samen zorgen we voor frisse lucht

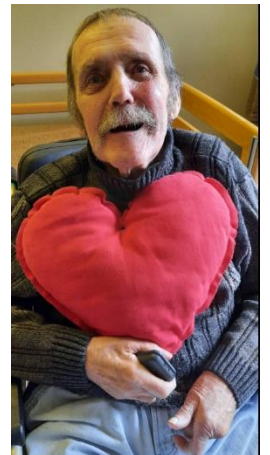
We willen graag een oproep doen om aandacht te hebben voor een goede luchtkwaliteit. Het komt onze gezondheid ten goede. Frisse lucht is geen luxe, maar een **kleine moeite met een groot effect**—voor lichaam én welzijn.

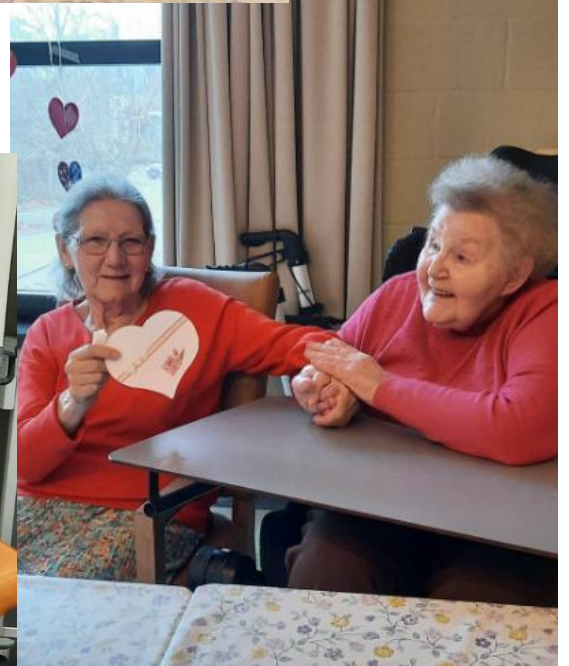
Adem gerust diep in...

Terugblik











Menu maart

1 Zo

Ontbijt: koffiekoeken
Pompoensoep
Rollade met rode wijnsaus
Groentenmix
Pomme Duchesse
Gebak

2 Ma

Kippensoep met lettertjes
Spaghetti
Gemalen kaas
Tiramisu

3 Di

Knolseldersoep
Kippenfilet
Wortelpuree
Fruitsalade

4 Woe

Wortelsoep met gember en curry
Vegetarische balletjes
Prei in de roomsaus
Gebakken aardappelen
Rijstpap
Avondmaal: Kaaskroket Met Slaatje

5 Do

Preisoep
Lokerse paardenworsten
Frieten
Dessert van de Chef

6 Vrij

Jullienesoep
Vis met citroen
Venkel in witte saus
Puree
Aardbeimousse

7 Za

Bloemkool/broccolisoepp
Slavink
Gestoofd witloof
Natuuraardappelen
Roomijs

8 Zo	Ontbijt: Rozijnenbrood Brunoisesoep Hongaarse Goulash Kroketten Bresiliennetaart
9 Ma	Ajuinsoep Pasta met kip in romige kruidensaus met spinazie Cocktail fruit
10 Di	Kervelsoep Ardeense hamburger Boterbonen Natuuraardappelen Pudding
11 Woe	Tomatensoep Gegratineerd witloofhamrolletjes Kaassaus Puree Rijstpap Avondmaal: Mini pizza
12 Do	Witloofsoep Varkenshaasje champignonsaus Frieten Dessert van de chef
13 Vrij	Champignonsoep Scampi diabolique Met lookbroodje of puree Praliné mousse
14 Za	Paprikasoep Pens met appelmoes Puree Roomijs
15 Zo	Ontbijt: chocoladebrood Aspergeroomsaus Tong in de madeira Kroket Eclair

16 Ma

Minestrone-soep
Varkensreepjes met groentjes
Zachte currysaus
Gebakken rijst
Druiven

17 Di

Pastinaaksoep
Huisgemaakte lasagne
Chocolademousse

18 Woe

Tomatensoep
Boomstammetje met vleessaus
Rode kool met appeltjes
Natuuraardappelen
Rijstpap
Avondmaal: Rolletje Met asperge, Gekookt eitje, Sla en tomaat

19 Do

Kervelsoep
Keuze paling gebakken
Of paling in het groen
Of vol au vent
Frieten
Chocolade gebakje

20 Vrij

Wortelsoep
Gebakken vis met witte wijnsaus
Knolselderpuree
Pudding

21 Za

Knolseldersoep
Balletjes in tomatengroentensaus
Puree
Roomijs

22 Zo

Ontbijt: Mastellen
Minestrone-soep
Gebrad met Black-wellsaus
Groentenmix
Pomme Duchesse
Citroentaartje

23 Ma

Jullienesoep
Blinde vink met ajuinsaus
Snijbonen
Natuuraardappelen
Platte kaas met fruit

24 Di

Tomatensoep
Varkenslapje met dragonsaus
Gestoofd witloof
Gebakken aardappelen
Chocomousse

25 Woe

Seldersoep
Spaghetti met kaas
Rijstpap
Avondmaal: Perzik met tonijn op een bedje van sla

26 Do

Kippensoep
Varkenswangetjes
Witloofslatje
Frieten
Dessert van de chef

27 Vrij

Broccolisoep
Vissticks
Spinaziepuree
Dessert van de Chef

28 Za

Ajuinsoep
Chipolata
Appelmoes
Peterselie aardappelen
Roomijs

29 Zo

Ontbijt: Chocoladebrood
Paprikasoep
Kalkoenpavé met pepersaus
Sla en tomaten
Gebakken aardappelblokjes
Frangipanetaart

30 Ma

31 Di



Pastoraal hoekje

De maand maart is dit jaar de vastenmaand voor christenen en voor moslims (ramadan).

Veertig dagen
om te koesteren
en niet te laten vallen
alles wat deugd doet
verzacht
verdiept
verbindt

Veertig dagen
om te koesteren
en nooit te laten vallen
wie je liefheeft
wie jou liefheeft
wie je mist
naar wie je verlangt

Veertig dagen
om je te laten koesteren
door de Liefde
die alle even
goddelijk
omarmt en verwarmt

Veertig dagen
om mee te beginnen ...

Mieke



Kristien – pastorale werkster

Lenteschoonmaak

Beste bewoner,

De lente komt eraan en de donkere dagen vergaan.

Het zonnetje komt weer aandraven...

We horen van velen onder jullie dat de lente ook de tijd was van een grote schoonmaak:

Er werd eens gekeken wat men nog nodig had en wat weg kon, er werd gezorgd dat alles er weer piekfijn uit zag...

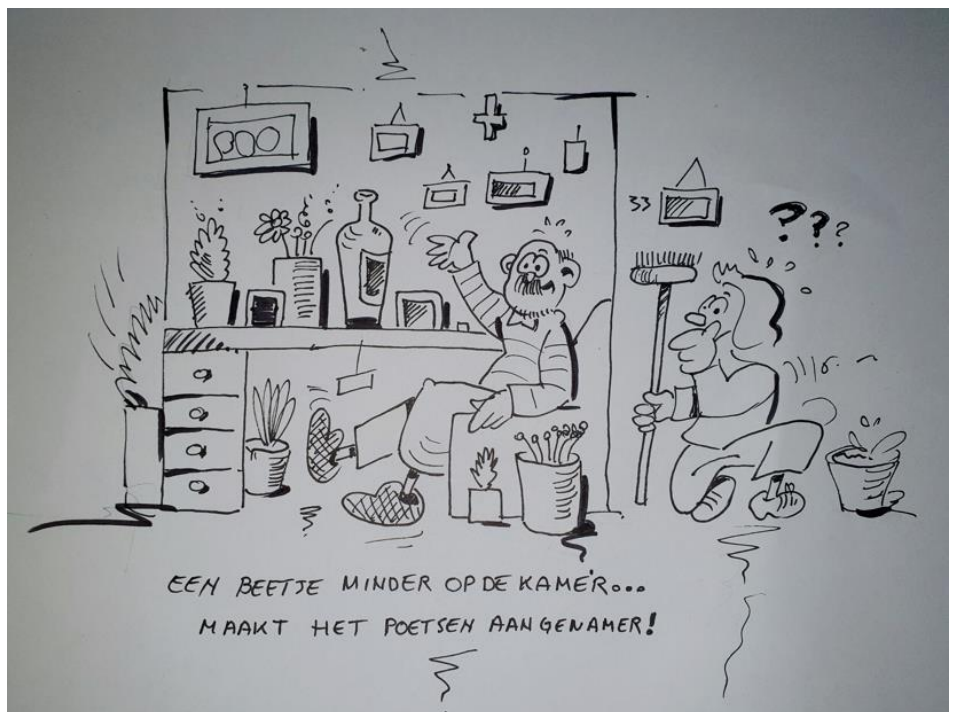
We willen jullie uitnodigen om deze gewoonte ook hier in je eigen kamer verder te zetten:

Ga eens samen met je familie door alles wat op je kamer staat én hou eens grote kuis!

Zo voel jij je weer thuis én kan de poets ook weer vlotjes verlopen!

Spreek gerust een medewerker aan als je iets weg wilt smijten.

Alvast bedankt!!!



Week van de vrijwilliger!

Wist je dat...

- er in De Vliet 45 vrijwilligers zijn?
- Deze vrijwilligers helpen bij activiteiten zoals ontbijtbuffet, maaltijdbegeleiding, gangrevalidatie, uitstappen, verzorgen van onze geitjes, ...?
- Onze vrijwilligers dit volledig gratis doen?
- Onze vrijwilligers voldoening krijgen van de vriendschap en dankbaarheid van de bewoners!

Daarom zetten wij de week van 28 februari tot 8 maart de vrijwilligers extra in de bloemetjes. Zie je een vrijwilliger passeren? Zeg dan gerust een welgemeende dankjewel of geef hen een applaus.

Vrijwilligers maken de wereld beter en mooier, en zijn de echte bouwstenen van onze maatschappij. Dankzij hun inzet, motivatie en kracht maken ze het verschil.

Zin om zelf
vrijwilligerswerk te doen?
Mail naar
info@zorgnetwerktrento.be
of vraag naar Silke
(ergotherapeut) op de
afdeling.



Nieuwe bewoners

Van Hassel Anny

18/02/2026

Windey Marie-José

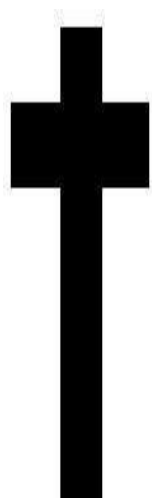
19/02/2026

Beirens Willy

24/02/2026



Afscheid



Haek Christiane

31/01/2026

Goosens Joland

31/01/2026

Carnoy Alphonsine

11/02/2026

Blancquaert Mathilda

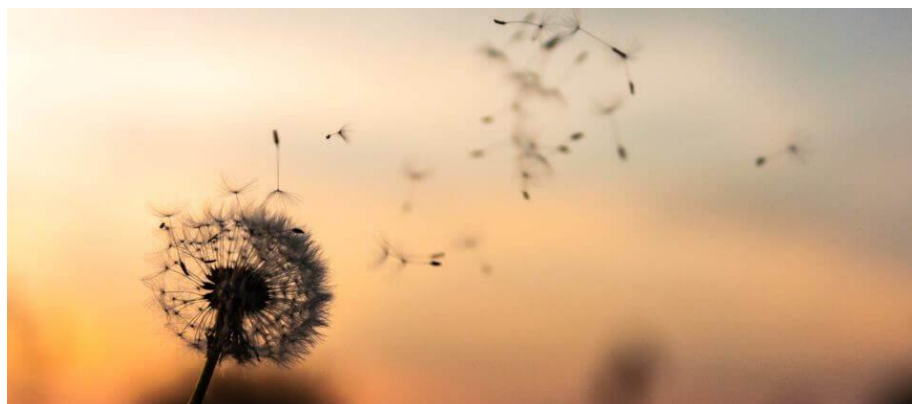
12/02/2026

Christiaens Laura

17/02/2026

De Waele Esther

21/02/2026



VIKZ-onderzoek

VIKZ-onderzoek in WZC De Vliet - Over leven, wonen en zorg

Beste naaste,

Zoals reeds aangekondigd in het krantje van februari, neemt WZC De Vliet deel aan een onderzoek van het **Vlaams Instituut voor Kwaliteit van Zorg (VIKZ)** en de **Vlaamse Ouderenraad**. Met deze bevraging willen we beter begrijpen hoe bewoners de kwaliteit van **leven, wonen en zorg** in ons woonzorgcentrum ervaren. Wat loopt goed? En waar kunnen we nog verbeteren?

Wij vinden de stem van onze bewoners en hun mantelzorgers erg belangrijk en nemen deze bewust mee om ons beleid verder vorm te geven. Daarom hechten we veel waarde aan dit onderzoek.

In totaal worden **20 bewoners** bevraagd door een enquêteur die door het VIKZ werd aangesteld en opgeleid. Intussen hebben al verschillende bewoners een bezoek van deze enquêteur ontvangen.

Ook uw stem telt

Naast de ervaringen van de bewoners hechten we veel belang aan de **stem van hun naasten**. Daarom wordt er ook een **digitale vragenlijst** afgenomen bij familieleden en andere betrokkenen. De vragen gaan onder meer over hoe de bewoner zich voelt, hoe een dag eruitziet en welke zorg hij of zij ontvangt.

Deelname aan dit onderzoek is **volledig vrijwillig**. Vooraf wordt uw toestemming gevraagd om uw gegevens voor dit onderzoek te gebruiken.

Praktisch

- U kan de vragenlijst invullen via **computer, tablet of smartphone**
- Het invullen duurt ongeveer **15 minuten**
- De uitnodiging (via **QR-code of link**) wordt binnenkort doorgemailed naar de **eerste contactpersoon** van de bewoner

- U kan de vragenlijst alleen of samen met andere naasten invullen
- **Per bewoner telt slechts één ingediende vragenlijst**
Het is daarom belangrijk om binnen de familie af te stemmen wie de vragenlijst invult. Technisch gezien is het mogelijk dat meerdere personen de vragenlijst beantwoorden, maar **enkel de eerst ingediende vragenlijst wordt effectief meegenomen in het onderzoek**
- Invullen kan tot en met **30 mei 2026**

Vertrouwelijkheid gegarandeerd

Alle gegevens worden **strikt vertrouwelijk** behandeld.

Medewerkers van WZC De Vliet hebben **geen toegang** tot de antwoorden. Uw deelname heeft **geen enkele invloed** op de zorg of dienstverlening die de bewoner ontvangt.

Er worden **geen gezondheidsgegevens** verzameld. Wel worden enkele algemene persoonsgegevens gevraagd, zoals:

- van de bewoner: leeftijd, geslacht, verblijfsduur in het woonzorgcentrum, opleidingsniveau en geboorteland
- van u als naaste: leeftijd en geslacht

Alle betrokkenen bij dit onderzoek zijn gebonden aan een **vertrouwelijkheidsverplichting**, zodat u in alle vrijheid uw mening kan geven.

Vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen? Dan kan u steeds contact opnemen met:

Nathalie Van Rysselberghe

Dagelijks verantwoordelijke – WZC De Vliet

nathalie.vanrysselberghe@zorgnetwerktrento.be

Alvast hartelijk dank voor uw betrokkenheid en medewerking.
Samen werken we aan kwaliteit van wonen, leven en zorg.

Grapjas...

Kort maar goed

Er lopen twee Belgen door het bos en opeens stuiten ze op drie mijnen. Ze besluiten ze mee te nemen om naar de politie te brengen. Maar opeens zegt de een: "Wat nu als er eentje afgaat onderweg?"

Waarop de ander antwoordt: "Ach, dan zeggen we toch gewoon dat het er maar twee waren..."

Bril Nodig

Pieter gaat naar de dokter. Hij loopt naar binnen en zegt: "Ik heb een bril nodig"

Waarop de dame achter de balie antwoordt: "Dat klopt, want u staat nu in de kaaswinkel"

Bier.

Als ik ooit word vermist, plak dan geen posters op straat of op lantaarnpalen.

Dan moet je mijn foto op flessen bier laten drukken.

Op die manier zullen mijn vrienden me sneller vinden.

Een man knipt een stukje uit de krant. "Waar gaat dat over?" vraagt een andere man. "Over een man die zijn vrouw heeft gedood omdat ze de gewoonte had zijn zakken te doorzoeken," antwoordt de eerste man. "En wat ga je ermee doen?" wil de ander weten. "Het in een van mijn zakken steken."

Een koppel zit in de wagen. Er wordt haast geen woord gezegd. Wanneer ze voorbij een weide rijden met ezels en varkens, zegt de man : « Daar zie, familie van u ? » Zijn vrouw antwoordt droogjes : « Ja, aangetrouwd ! »

Wist je dat?

Maart (ook wel: *lentemaand*, *buienmaand*, *guldenmaand*, *windmaand*, *dorremaand*) is de derde maand van het jaar in de gregoriaanse kalender en heeft 31 dagen. De maand is vernoemd naar Mars, de Romeinse god van de oorlog.

21 maart begint de **lente**. Lente of het voorjaar is een van de vier seizoenen. De lente volgt op de winter en wordt gevolgd door de zomer. Tijdens de lente worden in de noordelijker streken van het noordelijk halfrond de bomen veel groener en gaan veel planten bloeien; geleidelijk wordt het warmer en wordt de kans op vorst kleiner.

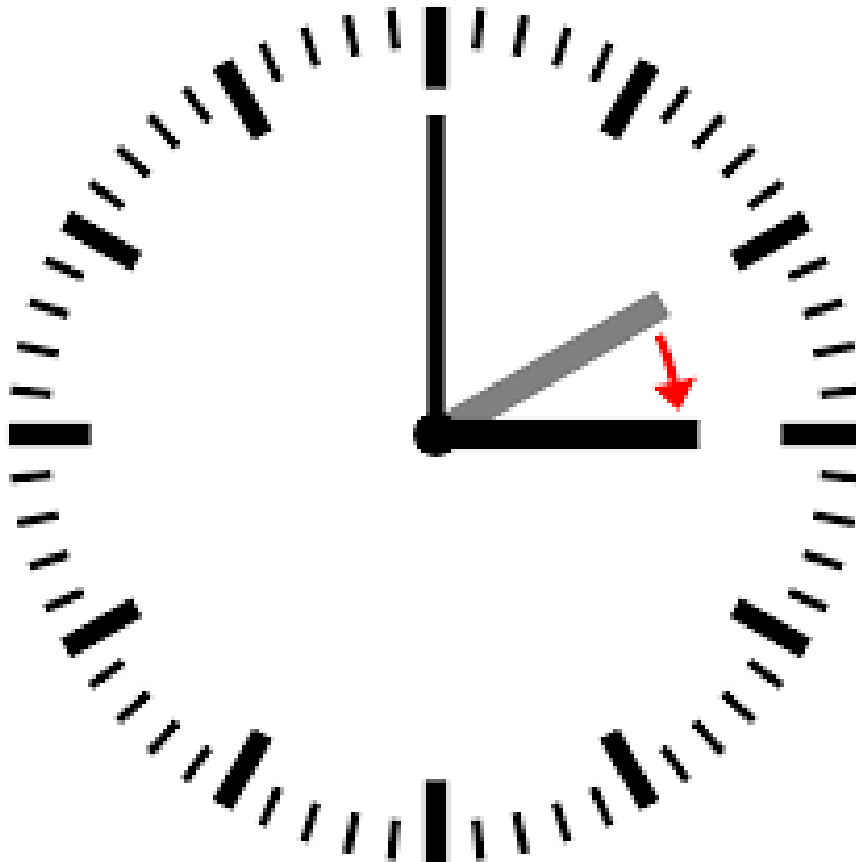
De astronomische lente begint op het noordelijk halfrond (meestal) op 20 maart en eindigt (meestal) op 21 juni. Op het zuidelijk halfrond begint de astronomische lente meestal op 22 september.

Zomertijd: (in België ook vaak **zomeruur**) is de tijd die gedurende de zomermaanden wordt aangehouden door de klok een uur vooruit te zetten; dit wil zeggen de klok een uur voor te laten lopen op de standaardtijd, die in dit verband ook wel wintertijd genoemd wordt.

**De nacht van zaterdag 28 maart op zondag 29 maart
gaat zomertijd 2025 in.**

Tijdstip: 2:00h wordt 3:00h

Niet vergeten te noteren: de klok gaat een uur vóóruit!



Puzzelplezier

Woordzoeker thema: **BRUSSEL**

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

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

ATOMIUM
 BEURS
 BIER
 BROUWERSHUIS
 BUSSEN
 CENTRUM
 CHARME
 DANCINGS
 EXCURSIE

FARO
 GEZELLIG
 GILDEHUIZEN
 JEUGDHERBERG
 KERMIS
 KRIEK
 METRO
 MIVB
 MUNTPLEIN

NAVO
 PALEIZEN
 RESIDENTIE
 TAXI
 TOERISME
 UITGAAN
 VISMARKT
 VOORSTEDEN
 WIJKEN



Schoonheid voor iedereen.

BZN



Campus De Vliet

Tijdschrift maand **maart** 2026