anima

animagazine

Gelukkig leven in de woonzorgcentra van Anima

Driemaandelijks I april-mei-juni 2022

We zien u graag gelukkig

VU.: Johan Crijns, Zandvoortstraat 27, 2800 Mechelen P927525

LENTE EDITIE

4 **Themadossier Lente**
Weetjes en creatieve tips

14 **Wist je dat?**
Zo vierden jullie vroeger Pasen

18 **Jouw gezondheid:**
Deze medewerkers zijn gepassioneerd door hun sport

22 **Werken bij Anima**
Onze vrijwilligers in de bloemetjes

24 **Puzzelpagina**

anima

Zandvoortstraat 27,
2800 Mechelen
015/28.77.40
www.animagroup.be

Colofon

Redactieteam: Karolien Debedts (Duneroze), Yentl De Deckker (Zonnesteen), Mandy Cuypers (Zevenbronnen), Esther Van den Schoor (Aquamarijn), Jill Lauwen (Aquamarijn), Kathleen Jansen (Aquamarijn) Sandra Rens en de bewoners van de 23 woonzorgcentra

Periodiciteit: 4 x/jaar

Copyright © 2021 Anima
Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, geluidsband, elektronisch of op welke wijze dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever.



Voorwoord van onze CEO

“Ook al doen we nog zo hard ons best, we werken met mensen voor mensen en soms loopt er al eens iets verkeerd.”

Beste lezer

Elk seizoen heeft zijn charme, maar de lente geniet toch mijn voorkeur. De dagen worden langer, de temperaturen worden aangenamer, we komen meer naar buiten, we bewegen meer en alles krijgt meer kleur. En alsof het niet opkan, worden de teugels die de pandemie onder controle moeten houden aardig gevierd, met dank aan de sterk dalende trend van de curve van de dagelijks gerapporteerde COVID besmettingen. Je zou van minder in een goede bui geraken.
Ook al is er al veel inkt over gevloeid, toch wil ik even stilstaan bij de crisis die ons 2 jaar geleden in snelheid pakte en zoveel leed veroorzaakte bij bewoners, familieleden en medewerkers. Diep respect voor alle collega’s die in deze moeilijke periode het beste van zichzelf hebben gegeven om onze bewoners te beschermen en de zorg te geven die ze nodig hadden. Veel mededogen voor onze bewoners die in die eerste golf zonder vaccins een vogel voor de kat waren en het niet hebben gehaald. We gaan hen niet vergeten.
Ondertussen davert de sector van de woonzorgcentra opnieuw op zijn grondvesten nu een onderzoeksjournalist bij een Franse rusthuisuitbater het tomeloze winstbejag ten koste van de bewoners aan de kaak stelt. Leedvermaak is hier niet op zijn plaats. We hopen dat een onafhankelijk onderzoek klaarheid kan brengen.
Toen we 15 jaar geleden Anima boven de doopvont hielden en met veel branie van uit het niets begonnen te timmeren aan ons verhaal, was onze visie helder en waren onze waarden ons ethisch kompas. We willen onze bewoners gelukkig zien, elke dag opnieuw. Daarvoor doen we het. Tegelijk willen we een positief resultaat boeken, want zonder gezond beleid is er ook geen ruimte om te investeren in de toekomst. We zetten in op kwaliteit van de zorg en tevreden medewerkers, want zij zijn de beste ambassadeurs om onze visie naar onze bewoners waar te maken. Ik hoop dat élke bewoner bij ons gelukkig is en dat elk familielid tevreden is, maar ik durf er mijn hand niet voor in het vuur te steken. Een woonzorgcentrum uitbaten is een dienst verlenen die heel veel betrokkenheid en emoties oproept, niet in het minst bij de terecht zeer begane familieleden. De keuze om naar een woonzorgcentrum te gaan, is ook niet altijd een vrije keuze. Ook al doen we nog zo hard ons best, we werken met mensen voor mensen en soms loopt er al eens iets verkeerd. Alles staat of valt dan met de manier waarop en de snelheid waarmee er dan gereageerd wordt. Met tevredenheidsenquêtes en kwaliteitsmetingen houden we de vinger aan de pols en meten we onze evolutie. Nederigheid is hier op zijn plaats, want ondanks alle inspanningen, is er altijd nog room for improvement.

Ik wens u veel leesplezier!

Johan Crijns
CEO

THEMADOSSIER

LEUKE WEETJES OVER DE LENTE

Wat betekent het woord ‘lente’?

Lente komt van het woord ‘lang’ en verwijst naar het langer worden van de dagen. Ook is er een verband met het Engelse woord ‘Lent’ en het Duitse ‘Lenz’ die ‘de vastentijd van 40 dagen voor Pasen’ betekenen.

(bron: Wikipedia)



Wanneer begint de lente precies?

Elk jaar begint de weerkundige lente op 1 maart en eindigt op 31 mei. Er bestaat ook nog zoiets als de astronomische lente. **De astronomische lente begint meestal op 20 maart.** In 2011 begon de lente echter op 21 maart en in 2044 en 2048 zal de lente zelfs op 19 maart beginnen. Hoe dat precies komt zou ons te ver leiden, maar het heeft allemaal te maken met de stand van de aarde ten opzichte van de zon.

(bron: Quest)

Koudste en warmste lentes

De warmste lente was die van 2007 volgens de gegevens van het KMI. De gemiddelde temperatuur was toen 12,3 graden, terwijl dit normaal zo'n 10,1 graden is. De zonnigste lente van de vorige eeuw was in 1990. Toen scheen de zon 644,2 uur terwijl dat normaal 464 uur is. De minst zonnige lente van de 20ste eeuw was in 1983. In dat jaar scheen de zon slechts 276,9 uur. De lente met het grootste aantal neerslagdagen van de vorige eeuw vond plaats in 1979. Het regende toen 75 dagen. Om een idee te hebben: tijdens een gemiddelde lente zijn er 50,7 neerslagdagen. De koudste lente van de 20ste eeuw tot slot was in 1962. De gemiddelde temperatuur bedroeg toen 7,2 graden, normaal is dat 8,1 graden.

(bron: KMI)



Hoe zien we in de natuur dat het lente is?

Het begin van de lente sluit de winter af. In de winterperiode zitten veel planten en dieren verstopt omwille van de koude. In de lente komen de knoppen aan de bomen en onder de grond beginnen zaadkiemen hun wortels te vormen, net als alle bomen en struiken.

De zon wordt ook sterker en het licht neemt toe. Men zegt zelfs dat de lentezon de meeste krachtige zon van het jaar is. Al kan dat ook te maken hebben met het grote contrast met de winter. Geniet zoveel mogelijk van de lentezon, want het geeft je energie en levenslust.

Ook bepaalde dieren kondigen de lente aan. Als je merels hoort zingen, is dat een teken dat de lente een feit is. Naast de merel zul je ook de lijster, leeuwerik, wielewaal en nachtegaal horen. Zij hebben niet overwinterd in warme oorden, maar hielden zich tijdens de winterperiode stil in ons land. Als je hen hoort, weet je dus dat de lente begonnen is! Hoe weten zij dat het lente is? Het toegenomen licht maakt hen dat duidelijk. De reden waarom ze zingen is enerzijds om hun territorium af te bakenen en hun nest te verdedigen. De mannetjesvogels zingen dan weer om de vrouwtjes te lokken.

(Bron dier-en-natiur.infonu.nl)







Wat is het effect van de lente op hoe we ons voelen?

In de lente worden we over het algemeen actiever en gaan we meer naar buiten. Ook hebben we minder slaap nodig en voelen we ons beter in ons vel. Dat blijkt uit onderzoek van klinisch psycholoog Ybe Meesters van het Universitair Medisch Centrum Groningen. Uit een Finse studie blijkt dan weer dan de lente onze hersenen in positieve zin verandert. We voelen ons hierdoor gelukkiger. Ook het feit dat we meer vitamine D aanmaken door het zonlicht maakt dat we minder negatieve gedachten hebben. Door veel buiten te zijn, verlaagt het stresshormoon bovendien, weet geriater Rose Kenny van het Trinity College Dublin.

(bron De Standaard, 26 maart 2021)

Enkele toffe creatieve inspiratietips voor de kinderen en kleinkinderen!









Maak een bonentipi

Een bonentipi is een ideale schuilplaats voor dieren. Hoe maak je je eigen bonentipi? Plaats minstens drie lange takken van 2 meter als een indianentent tegen elkaar. Maak ze aan de bovenkant vast met een stevige knoop. Plant aan de voet van de takken vanaf half mei per tak 5 klimbonen. Die bonen zullen omhoog groeien. Voor een extra dichte begroeiing kun je horizontale draadjes spannen. En dan is wachten tot alles goed begint te groeien!

Hang een bijenhotel op

Er zijn steeds minder bijen in de natuur. Door voldoende bloemen te planten, het gras minder te maaien en een bijenhotel op te hangen, kan je de bijen een handje helpen. Maar hoe begin je daaraan?

De ideale plaats bepalen.
Een bijenhotel zet je best op een plek met zo weinig mogelijk schaduw en waar er zo weinig mogelijk regen kan vallen. Het zuidoosten is de beste oriëntatie.

Tip: zet je bijenhotel niet te laag om mieren, katten en opspattend vocht weg te houden. Ook plaats je het best niet tussen bomen en struiken, omdat er daar te veel schaduw en een hoge luchtvochtigheid is.

Dit heb je allemaal nodig.
Zoek een simpel bakje (een wijnkistje, theepot, blikken doos, …) en vul dit met houtblokken, holle stengels en/of leem. Bij Natuurpunt kun je ook voorgemaakte bijenhotels kopen. Er zijn kant en klare versies of hotels die je zelf nog kan opvullen.

Op de website van Natuurpunt vind je nog meer informatie terug over het maken van een bijenhotel. Via de zoekfunctie op hun website vind je vlug alle info terug.

Voorzie een compostvat

Wist je dat je een derde van je afval kan hergebruiken in de tuin door te composteren?

Waar zet je je compostvat?
De ideale locatie is een plekje in halfschaduw waar de zon enkele uren per dag schijnt.

Hoe begin je eraan?
Leg onderaan in je compostvat een laag van 15 cm luchtig bruin materiaal (denk aan stro en bladeren). Zorg ervoor dat je compost niet te nat wordt. Dit kan je voorkomen door niet te veel vers en groen materiaal toe te voegen.

Hoe onderhoud je het compostvat?
Met de beluchtingstok kan je de circulatie van lucht verbeteren. Steek de stok 1 tot 2 keer per week zo diep mogelijk recht naar beneden in de compost. Draai de stok vervolgens een kwartslag en trek hem er weer uit. Doe dit op verschillende plekken in het compostvat.

(bron Natuurpunt)



LENTERITUEEL IN DE KIJKER PLANTEN VAN DE MEIBOOM

(bron: heemkringwieze.be/meiboom.php)

Wat is een meiboom?

Op de eerste meidag kapte men de zogenaamde meiboom, en versierde de boom met bloemen en kransen. De boom werd vervolgens op de dorpsplaats geplant. Rond de boom dansten de mensen, zongen ze meiliederen en dronken ze pintjes.

Wat is de betekenis?

De maand mei staat voor het einde van de winter. De meiboom symboliseert het nieuwe leven en de zon. Heel vroeger stookte men toen ook vuren om de winter en kwade geesten te verbranden.

Hoelang bestaat deze traditie al?

De traditie van de meiboom gaat al ver terug en vindt zijn oorsprong bij de Germanen en de Kelten.



HÉT LENTEFEEST BIJ UITSTEK: PASEN

(bron: Quest)

In de dagen voor Pasen hebben we eerst nog Witte Donderdag, Goede Vrijdag en Stille Zaterdag. Waarvoor staan deze dagen ook alweer precies? We zetten het even voor u op een rijtje!

Witte Donderdag

Op Witte Donderdag herdenken christenen het laatste avondmaal van Jezus. Wat maakte deze maaltijd zo bijzonder? Jezus werd tijdens de maaltijd verraden door een kus van Judas. Het is traditie om op deze dag kruisbeelden te bedekken met witte lakens. Dit als symbool voor 'stille blijdschap'. Jezus maakte tijdens zijn laatste avondmaal de belofte dat hij zijn discipelen ook na zijn dood niet in de steek zou laten.

Goede Vrijdag

Op Goede Vrijdag werd Jezus gekruisigd. De reden dat deze dag 'goede' vrijdag heet, komt omdat Jezus stierf voor alle menselijke zonden. Hierdoor kregen gelovigen toegang tot de hemel.

Stille Zaterdag

Op Stille Zaterdag herdenken we de graflegging van Jezus. Overdag luidt men de klokken in de kerken niet, vandaar ook 'stille' zaterdag.

Pasen

Op Pasen zou Jezus zijn opgestaan uit zijn graf. Op deze dag eindigt om die reden de vastenperiode.

WIST JE DAT?

ZO VIERDEN ONZE BEWONERS VROEGER PASEN



Wist je dat? Zo vierden onze bewoners vroeger Pasen

AQUAMARIJN
IRMA

“Pasen was tijdens mijn kindertijd een belangrijke feestdag. Samen met mijn familie gingen we ieder jaar naar de Paasmis. Ik woonde in een klein gehucht, ver van de grote stad. Ik herinner me dat ik tijdens WOII wel 45 minuten moest wandelen tot aan de kerk. Het werd vroeg donker en ik wandelde naar de kerk terwijl er raketten in de omgeving neervielen. Ondanks de angst die ik toen ervaarde, heb ik ook een leuke herinnering aan Pasen. Belgische soldaten verstopten chocolade eieren in onze achtertuin die ik dan mocht zoeken. Dit was voor mij één van de mooiste momenten tijdens Pasen en het is iets dat me altijd zal bijblijven.”

ARCADE
MADAME LAMBREGHTS

“Op Witte Donderdag werden hier in Brussel de klokken van alle kerken geluid. Op zondagmorgen hadden de klokken uit Rome chocolade-eieren gelegd in de huizen en tuinen. Dat vertelde ze ons althans toen ik nog heel jong was. Tijdens mijn werk met jonge kinderen brachten we vaak een week door in Koksijde. Op paaszondag was de ontbijttafel gevuld met wafels, hardgekookte eieren, pistolets en chocolade. Ik heb hier zeer goede herinneringen aan.”

ZEVENBRONNEN
ALICE TROSSARD

“Pasen was een echte hoogdag, als kind keken wij hier enorm naar uit. Naar de mis gaan was toen erg belangrijk. Het was ondenkbaar om in die tijd niet naar de hoogmis te gaan met Pasen. Wij noemden het ‘onze Pasen doen’. Thuis waren wij met 5 kinderen, iets wat in die tijd vrij weinig was aangezien 10 of 12 kinderen geen uitzondering was toen. Wat waren de kinderen in die tijd toch goedgelovig. Ik vind dat de kinderen nu veel slimmer zijn, dat kan je echt niet vergelijken. Alles wat ons moeder zei, was heilig. Wij stelden niets in vraag, nu zijn de kinderen veel vlugger op de hoogte van alles en stellen ze zich eerder vragen. Zo maakte ons moeder ons wijs



dat wij niet naar buiten mochten voor de Paasklokken luidden, anders zou er misschien een ei of klok op ons hoofd kunnen vallen. Dit gaf haar natuurlijk de kans om op haar gemak de eitjes te leggen in de tuin. Ik herinner me nog goed dat ons moeder de eieren in onze zelfgemaakte paasnestjes aan het leggen was en dat mijn jongste broerke achter het gordijn aan het venster zat te kijken. Toen ze terug binnenkwam, zei hij tegen ons ma dat hij wist wie de klokken waren. Wij zeiden toen allemaal tegen ons broerke dat hij dat niet had mogen zeggen, want vanaf dan zouden we geen eitjes meer krijgen. Och, wat was dat toch een mooie tijd. De eitjes werden trouwens zelf gekleurd, met koffie en ajuinschillen. Zo blij dat we toen waren met enkele eieren, toen was dat allemaal geen 'chichi' gedoe zoals nu."

DE BEWONERS VAN DE TOEKOMST

"Op Witte Donderdag begon alles met de voetwassing in de kerk en op Goede Vrijdag was er de kruisweg. Gedurende de hele vastentijd werd er geen vlees gegeten. Met Pasen werden dan om 9u de klokken geluid. Dat betekende dat de klokken terug naar Rome gingen vliegen. Als kind raapten we paaseieren in de tuin. Bij sommige kinderen waren dit gewone eieren. Chocolade was te duur of er waren er geen, zoals tijdens de oorlog (1940-1945). Met Pasen werden ook de zondagskleren aangetrokken, zodat we er op ons paasbest uitzagen."

"Mijn moeder had buiten paaseieren gelegd, maar onze kat had er allemaal 'ollekes' in gelikt."

Mathilda, Kruyenberg



LES 3 ARBRES
CLAIRE

“De hele familie kwam bij mij eten op Pasen. Na de maaltijd liepen we door de straten van de stad om de carnavalsoptocht te volgen. We vulden onze zakken met chocolade-eieren, snoepjes, confetti, … De vrolijkheid van die dag maakte ons gelukkig tot het volgende jaar.”

“Je bouwt echt een band op met de paarden”

Myriam, adjunct-directeur woonzorgcentrum Aquamarijn (Kasterlee), over haar voorliefde voor de paardensport

Myriam Biermans is adjunct-directeur bij woonzorgcentrum Aquamarijn in Kasterlee. Op zondagen staat alles in het teken van de draftsport. Samen met haar man en dochters is ze dan op de paardenpiste te vinden. We vroegen haar wat drafsport precies inhoudt en waarom ze er zo gepassioneerd door is.

“Ik ben ondertussen al zo’n 35 jaar actief in de draftsport. Bij dit type paardensport worden de paarden voor een karretje, een sulky, gespannen. Ik ben erin gerold via mijn man. Toen ik halverwege de 20 was hebben we een 1-jarig veulen gekocht en getemd. Op een gegeven moment hadden we 5 paarden. Jammer genoeg zijn er de laatste jaren een aantal overleden en nu hebben we nog één paard: onze Seagol.”

TOT WELKE LEEFTIJD KAN EEN PAARD KOERSEN?

“Ons paard Seagol is nu 11 jaar. In de recreatieve draftsport kan een paard tot gemiddeld 16 jaar deelnemen aan wedstrijden.”

DOE JE ZELF OOK MEE AAN WEDSTRIJDEN?

“Nee, ik heb nooit gekoerst, dat laat ik over aan mijn man en dochters. Zij koersen op recreatieve basis, dus niet op de grote pistes. Ze doen mee aan kleinere wedstrijden, waar je kleine geldprijzen mee kan winnen. Ik ben de “groom” en help hen bij het opzadelen, aftuigen, wassen en drinken geven. Vlak voor de koers zorg ik dat de paarden opgewarmd zijn door zelf met hen rond de paardenpiste te stappen of door zelf in de sulky te zitten en ermee te rijden. Ook was ik de paarden af. Dat is mijn beweging. Als de dag om is, zit ik toch heel dikwijls aan zo’n 30.000 à 35.000 stappen. We zijn dan ook een hele dag weg. Rond een uur of 10 vertrekken we op zondag en tegen 19 à 20 uur zijn we terug thuis.”

WAAROM BEN JE ZO GEPASSIONEERD DOOR DE DRAFTSPORT?

“Omdat je echt een band opbouwt met die paarden. En de paarden zelf kiezen ook wie ze het liefst hebben. Soms is er een echte klik. Ons eerste paard was bijvoorbeeld helemaal verliefd op mijn man. Als ik in de stal kwam, draaide ze zich om en knabbelde ze in zijn nek, precies om aan mij te tonen dat hij ‘van haar’ was.”

IS HET MOMENTEEL WINTERSTOP OF GAAT HET KOERSEN DOOR IN DE WINTERMAANDEN?

“We starten in februari met trainen en de wedstrijden lopen van april tot eind oktober. Ik blijf echter ook actief in de wintermaanden door te gaan volleyballen.”

OPROEP BEWONERS



FIETS SAMEN MET DE ANDERE BEWONERS IN TOTAAL 1000 KM TEGEN KANKER

In de week van 9 mei organiseren we een fietsweek ten voordele van Kom op tegen Kanker. Het doel? Samen met je medebewoners in totaal 1000 km fietsen. Het is de bedoeling dat je het aantal km dat jij fietst laat sponsoren door je familie en/of vrienden. Zo dragen we samen ons steentje bij aan de strijd tegen kanker. Hoe kunnen zij de actie concreet steunen? Door een gift te storten op het rekeningnummer van Kom op tegen Kanker
BE14 7331 9999 9983 met vermelding van "GIFT" (belangrijk!) en de negencijferige code 170239062.

“Ik kom elke dag naar het werk met mijn Elliptigo”

Kinesiste Sylvia Van de Winkel heeft er al een hele work-out opzitten als ze ’s ochtends aankomt bij woonzorgcentrum Kruyenberg in Berlare. Ze komt namelijk naar het werk met haar Elliptigo of sta-fiets. “De eerste keren kwam ik helemaal buiten adem aan, maar nu ben ik al goed getraind.”

WAT MOETEN WE ONS VOORSTELLEN BIJ ZO’N ELLIPTIGO OF STA-FIETS?

“Met een Elliptigo combineer je hardlopen, fietsen en crosstrainen*. Om het simpel uit te leggen: je loopt eigenlijk op een fiets. Het grote voordeel van de Elliptigo is dat je je gewrichten niet belast. Als je gaat joggen, is dat enorm belastend voor je lichaam omdat er grondcontact is.”

WAAROM BEN JIJ ERMEE BEGONNEN?

“Ik heb ongeveer een jaar geleden een sta-fiets aangeschaft na een knie-operatie als gevolg van een ski-ongeval. Voordien ging ik regelmatig lopen, maar dat ging niet meer met mijn knie. Daarom ben ik overgeschakeld op lopend fietsen met mijn Elliptigo. Het is een fantastische work-out, zowel cardiologisch als spierversterkend. Ik vind het eigenlijk veel leuker dan lopen, omdat het een combinatie is van lopen en fietsen. Je hebt het gevoel dat je fietst, je gaat heel snel vooruit, en omdat je hoog staat heb je ook nog eens een goed zicht over de omgeving.”

HOE VAAK TREK JE EROPUIT MET JE STA-FIETS?

“Ik kom elke dag naar het werk met mijn Elliptigo. Ik heb er een mandje aan laten bevestigen waardoor ik mijn werktas kan meenemen. Zo heb ik al mijn sport gedaan voor ik begin te werken. De eerste keren kwam ik helemaal buiten adem aan, volledig rechtstaand fietsen zonder zadel is in het begin niet zo eenvoudig. Maar nu ben ik al goed getraind en start ik fris aan mijn werkdag.”

DOE JE HET OOK SOMS IN GROEP?

“Ikzelf niet, omdat je met mijn model Elliptigo enkel korte afstanden kan doen. Ik heb een kortepas sta-fiets, en om lange afstanden te doen heb je een langepas model nodig. Het voordeel van mijn fiets is dat er mountainbikewielen op zitten, waardoor ik in het bos kan fietsen en op hellingen, in het zand, … Ik kan er eigenlijk alleen maar positief over zijn en raad het iedereen aan!”

**Een crosstrainer is een fitnesstoestel, waarbij je grote passen zet terwijl je je vasthoudt aan lange handvaten.*

OPROEP MEDEWERKERS



KOM IN DE WEEK VAN 25 APRIL MET DE FIETS NAAR HET WERK

Dat bewegen belangrijk is voor zowel lichaam en geest hoeven we jullie niet meer te vertellen. Wij zetten woorden graag meteen om in daden. Daarom willen we jullie graag aansporen om in de week van 25 april met de fiets naar het werk te komen! We zullen alle kilometers ook effectief registreren dus zet je beste beentje maar voor ;-)

ONZE VRIJWILLIGERS IN DE BLOEMETJES

DAAROM ZIJN ONZE VRIJWILLIGERS ZO ONMIS BAAR VOOR ANIMA

TEAM KRUYENBERG

“Onze vrijwilligers zijn onmisbaar en vormen na al die jaren een hechte en plezante groep. We kunnen op hen rekenen voor ondersteuning bij activiteiten binnenshuis (spel- en zangnamiddagen, kamerbezoeken, rijdende bibliotheek, …), voor het openhouden van de cafetaria wanneer de vaste medewerkers vrijaf nemen én voor hulp bij uitstappen. Dankzij hen kunnen we wandelnamiddagen organiseren met een 20-tal rolstoelen en kunnen we onder andere met een grote groep bewoners naar de jaarmarkt of een muzikale ontmoetingsnamiddag in het cultureel centrum. Er zijn zelfs dames die zich thuis bezighouden met het breien en haken van knuffels en kleine attenties. Hiermee kunnen we onze bewoners plezieren bij speciale gelegenheden. Ook mogen we ze verkopen om zo wat extra geld in het laatje te brengen.”

TEAM ZEVENBRONNEN

“In Zevenbronnen hebben we geen groot vrijwilligersaantal, maar wel enkele zeer trouwe vrijwilligers die heel belangrijk voor ons zijn. Ieder draagt op zijn eigen manier een steentje bij aan de werking van het woonzorgcentrum. Sommigen hebben een nauw contact met de bewoners, anderen werken achter de schermen. Alle hulp wordt enorm geapprecieerd, het betekent dat we de bewoners regelmatig iets extra’s kunnen aanbieden. Als we iets speciaals organiseren, staan ze ook steeds klaar om te helpen. We vinden het bijzonder knap dat deze mensen hun vrije tijd aan Zevenbronnen besteden, zonder enige verwachting van ons.”

WOONASSISTENTE ZONNESTEEN

“Vanaf het eerste contact vind ik het al boeiend dat mensen graag willen komen helpen binnen ons woonzorgcentrum. Het is niet iedereen gegeven om zijn/haar diensten spontaan aan te bieden. En vanaf die eerste stap die zij zetten zijn zij al GEWELDIG. Het feit dat ze elke dag/week aanwezig zijn, is een grote ondersteuning voor ons personeel. Alle kleine beetjes die zij kunnen overnemen of waar ze bij helpen maken een GROOT verschil. Ook de liefde en het gezelschap die zij geven aan onze bewoners zorgen ervoor dat zij hier graag wonen. Het is altijd enthousiast uitkijken naar hun komst.

Dus daarom lieve beste geweldige vrijwilligers: een DIKKE MERCI voor alles!”



“Het is fijn om hen te zien genieten. Wij zijn blij dat jullie in ons team zitten!”

ADMINISTRATIEF VERANTWOORDELIJKE ZONNESTEEN

“Vrijwilligers zijn meer dan helpende handen. Het zijn vaste waarden in de werking van ons WZC.
Het zijn personen:
• met het hart op de juiste plaats
• die niet komen omdat het ‘moet’, maar omdat ze het willen
• die zorgen voor lichtpuntjes voor de bewoners én medewerkers”

TEAM DE TOEKOMST

“Onze vrijwilligers voeren individuele gesprekken met de bewoners, bieden hen een drankje aan in onze cafetaria en nemen deel aan activiteiten, zoals fruit snijden en spelletjes. Ook helpen ze het zorgteam bij het opdienen en afruimen van de maaltijden. We zijn heel dankbaar voor hun steun!”

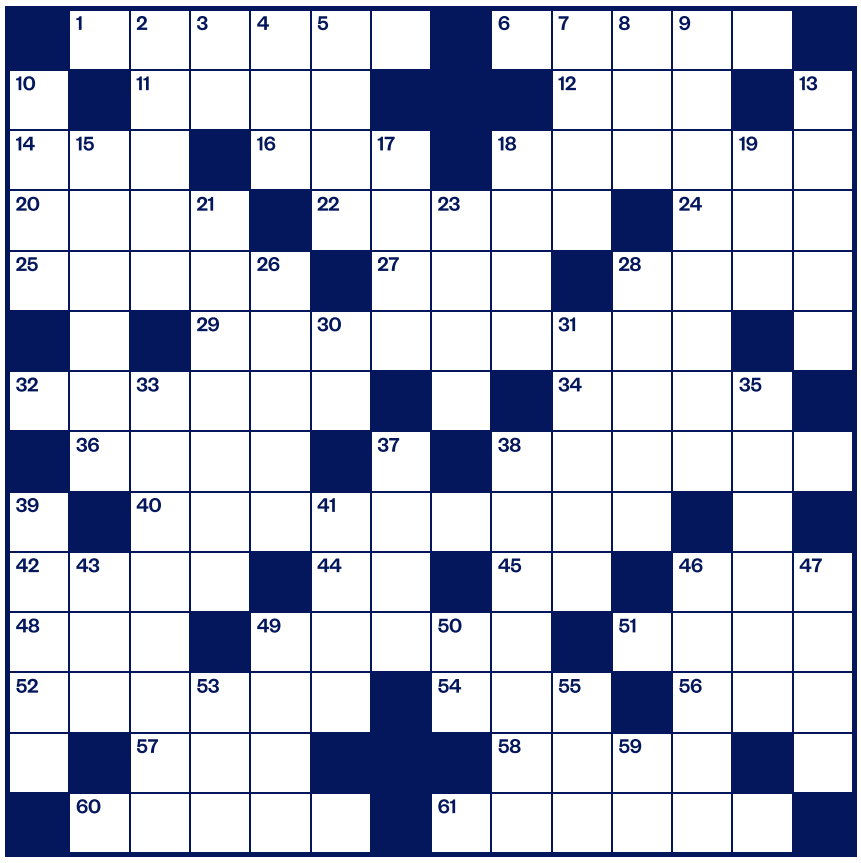
TEAM AQUAMARIJN

“Wat zijn we blij dat ons team steeds groter en groter wordt door de komst van nieuwe vrijwilligers. Ze zeggen vaak dat vrijwilligers goud waard zijn en dat kunnen wij alleen maar beamen. Zowel de medewerkers als de bewoners zijn hen erg dankbaar voor alles wat ze doen. Niets is hen te veel gevraagd. Samen pannenkoeken bakken, gaan wandelen, bingo spelen, een muziekactiviteit organiseren, een koor opstarten, samen breien, het huis decoreren, helpen tijdens maaltijdmomenten, een bewoner begeleiden naar het ziekenhuis, een babbeltje doen op de kamer, helpen in het Grand Café, 's morgens eitjes bakken,... Ze doen 'te veel om op te noemen'. Bedankt aan alle vrijwilligers van Aquamarijn dat jullie extra aandacht en warmte geven aan onze bewoners. Het is fijn om hen te zien genieten. Wij zijn blij dat jullie in ons team zitten!’

BEWONER AQUAMARIJN

"Ik heb zoveel bewondering voor alle vrijwilligers. Ze komen vrijwillig naar ons, geven ons extra veel aandacht. Ik wil ze daarom nog eens hard bedanken, misschien zeggen we dit wel te weinig."

Puzzelpagina



Breng letters uit de puzzel over naar de hokjes met het corresponderende nummer.

Horizontaal: 1 bolbloem **6** dun papier **11** bewuste handeling **12** oostnoordoost **14** liefkozing **16** zwarte kleverige stof **18** meisje **20** tuingereedschap **22** lentemaand **24** seconde **25** aarden pot **27** verenwissel **28** samenzang **29** vrekkig **32** feestvieren **34** enthousiasme **36** neusslijm **38** telefoneren **40** ovenschaal **42** tijdsduur **44** lidwoord **45** oosterlengte **46** jong schaap **48** soort hert **49** voorjaar **51** boodschapper **52** binnenshuis **54** Amerika (afk.) **56** bakgerei **57** griezelig **58** riv. in Duitsland **60** zogenaamd **61** verkeer.

Verticaal: 2 vaarwel (Frans) **3** deel v.e. mast **4** jockeypet **5** eender **7** zwartsel **8** een zekere **9** Europees land **10** houterig persoon **13** vierde Griekse letter **15** vliegtuigtype **17** botervat **18** telwoord **19** ontkenning **21** amfibie **23** motorrijtuig **26** Grieks eiland **28** kruiderij **30** voegwoord **31** wezenlijk **33** huisraad **35** staat in Amerika **37** Arabische havenstad **38** bloeiwijze **39** grasmaand **41** bladnerf **43** sullig persoon **46** voortbewegen **47** wezen **49** beeldmerk **50** Technische Universiteit **53** bezittelijk voornaamwoord **55** wier **59** British Airways.

ZOEK DE 10 VERSCHILLEN



OPLOSSINGEN

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

