



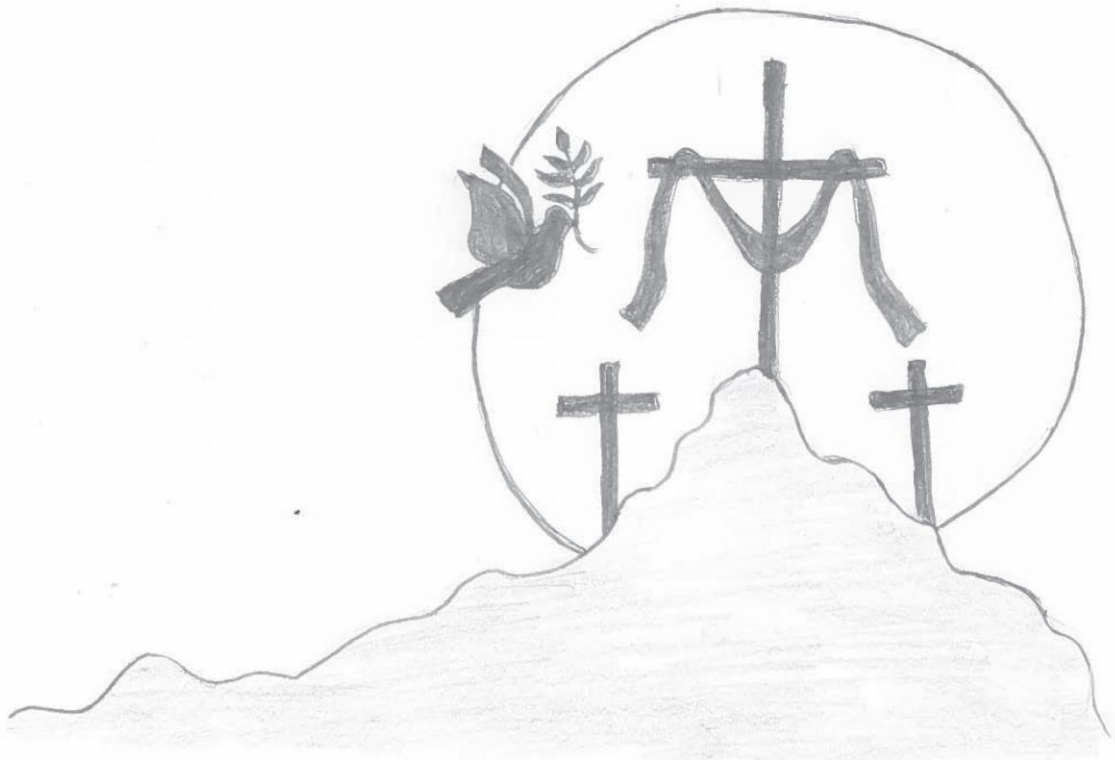
WZC
Heilig Hart te
Grimbergen vzw

2025

Verantwoordelijke uitgever: Els Suys

April

De Huiskrant



Zalig Paasfeest

Website



Je kan deze krant ook digitaal lezen op
www.hhg.be onder het tabje “actueel”

Rubriekverantwoordelijken

- Voorpagina: Vif Strubbe
- Voorwoord: Els Suys
- Om niet te vergeten!: Kristel Robberechts
- Thema van de maand: Pastor Veerle Magnus
- Boekenrubriek: Martine Hofmans
- Groepsactiviteiten Ergo en Animatie: Ergo
- Gouwe Ouwe: Thiebout Lalemant
- Focus op dementie: Stuurgroep Dementie/Validation WZC Heilig Hart
- Vrijwillig en met Liefde: Vrijwilligers
- Lichaamsbeweging: Jessica De Vlaminck
- Nieuwe bewoners: Kristel Robberechts
- Zijn van ons heengegaan: Kristel Robberechts
- Verjaardagen bewoners: Martine Hofmans
- Verjaardagen personeel: Kristel Robberechts
- Menu: Het keukenteam
- Denksport: Martine Hofmans
- Eindredactie: Kristel Robberechts

Bewoners of personeelsleden of andere personen die zich geroepen voelen om een rubriek op zich te nemen, kunnen contact opnemen met Kristel Robberechts (secretariaat)

Ook opmerkingen, reacties of suggesties kunnen aan haar gesignaleerd worden.

Voorwoord

Beste bewoners, familieleden, personeelsleden, vrijwilligers en vrienden,

De lente is in volle gang en dat brengt niet alleen warmer weer, maar ook nieuwe energie en frisse ideeën in ons woonzorgcentrum. April is een maand van vernieuwing, waarin we weer meer naar buiten kunnen en samen genieten van de bloeiende natuur om ons heen. Het is een tijd voor sociale contacten, samenhang en het versterken van onze gemeenschap.

We willen even stilstaan bij enkele bijzondere momenten in de maand maart, naast de vele activiteiten: op dinsdag 4 maart was er een leuke dansnamiddag die in het teken stond van Carnaval.

Op 16 maart 2025 namen we deel aan de 'Dag van de zorg' en stonden onze deuren open, waarbij iedereen een kijkje kreeg achter de schermen, met een interactieve rondleiding doorheen het huis. Er was animatie voor groot en klein, en 'Brass Machien' zorgden voor de muzikale noot. Het was een zeer inspirerende dag met veel bezoekers en heel veel positieve feedback. Een gewaardeerd hart onder de riem voor onze medewerkers, die er dag in dag uit voor zorgen dat onze bewoners hier een fijne thuis hebben.

Het was ook de startdag van onze Health Arena: een laagdrempelig gezondheidscentrum waar ingezet wordt op gezond leven en preventie, en waar de klassieke en nieuwe gezondheidsactoren en ondernemingen samenkomen. Momenteel ligt de focus vooral op bewoners en medewerkers, maar dit aanbod zal op termijn ook toegankelijk zijn voor familieleden en buurtbewoners, met ook een Inloophuis dementie. U wordt hiervan uiteraard verder op de hoogte gehouden.

Daarnaast werden op 18 maart onze talrijke vrijwilligers in de bloemetjes gezet met een verwenontbijt. Hun helpende handen zijn immers van onmisbare waarde.

Op 3 april is het modeshow. Verder staat de maand april ook in het teken van Pasen en op maandag 21 april gaat er een paaseierenzoektocht door, inschrijven voor 4 april is de boodschap. Die dag start ook de 'Week van de Valpreventie'. Veel bewegen is heel belangrijk om vallen te voorkomen, dus extra bewegingsactiviteiten staan op het programma, waaronder zeker onze Ronde van Vlaanderen. Daarnaast zijn er de wekelijkse activiteiten in de cafetaria en een rijk gevulde activiteiten kalender op de afdelingen. Alle info kan u hierover terugvinden bij de groepsactiviteiten.

We moedigen iedereen aan om deel te nemen en vooral ook om nieuwe mensen te leren kennen, een goede gelegenheid om elkaar beter te ondersteunen en te versterken.

Op dinsdag 1 april 2025 om 14u staat de volgende IPIC sessie gepland, ons inspraakmodel, en op donderdag 10 april 2025 de gebruikersraad, waarbij iedereen welkom is. Indien u als bewoner of familie wenst deel te nemen aan IPIC, geef dit dan zeker door aan de hoofdverpleegkundige of het onthaal, dan kunnen wij de planning opmaken. Dus telkens 2 bewoners per afdeling. Zij worden begeleid door een personeelslid of familielid. Jullie stem is namelijk belangrijk in onze organisatie.

Onze leuze : ‘Wij zorgen hier voor uw LEVEN in het WZC Heilig Hart’.

We blijven jullie uiteraard zoveel mogelijk op de hoogte houden en jullie krijgen de nodige info via affiches, huiskrantje, email,... maar ook op sociale media: onze Facebook pagina, LinkedIn account, Instagram profiel of TikTok.

Ik wens iedereen veel leesgenot en ik hoop snel tot ziens.

vanwege,

Els Suys, jullie directeur.

Thema van de maand

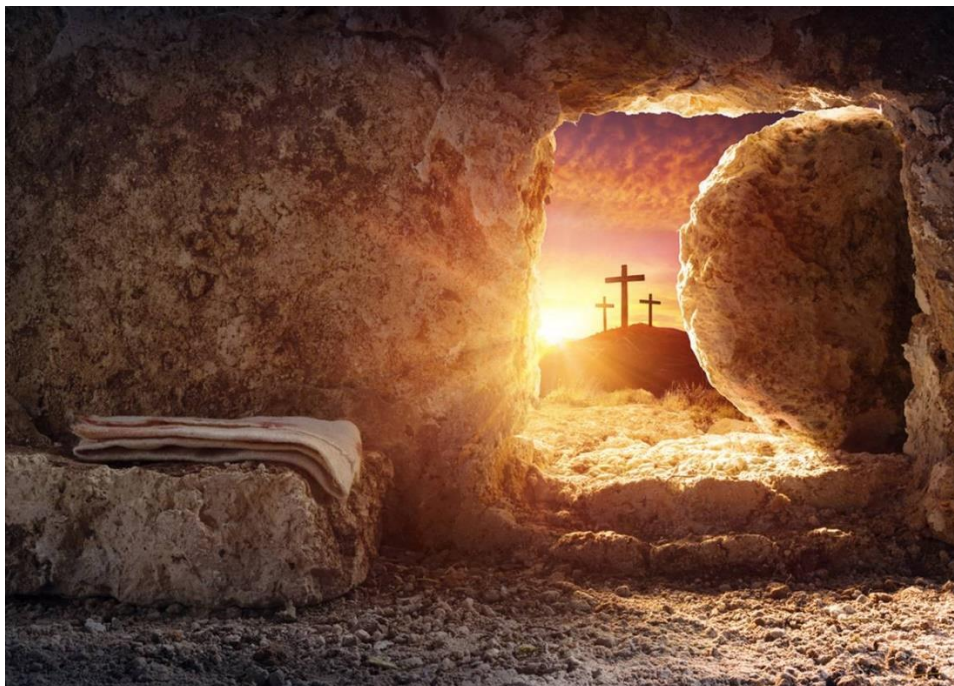
Opstaan in Liefde

Pasen is het feest van nieuw leven,
van opstanding en hoop.
Het herinnert ons eraan
dat zelfs in de diepste duisternis
het licht kan doorbreken.
Jezus stond op uit de dood
en liet zien dat Liefde het laatste woord heeft
- een liefde die sterker is dan angst, wanhoop en pijn.

Ook wij worden uitgenodigd om op te staan.
Uit verdriet, uit twijfel, uit alles wat ons klein houdt.
Pasen roept ons op om te kiezen voor liefde,
voor vergeving, voor een leven dat in het teken staat
van hoop en verbondenheid.

Moge deze Paastijd ons inspireren
om steeds opnieuw op te staan,
in liefde voor elkaar
en in vertrouwen op het Licht dat nooit dooft.

Zalig Pasen!



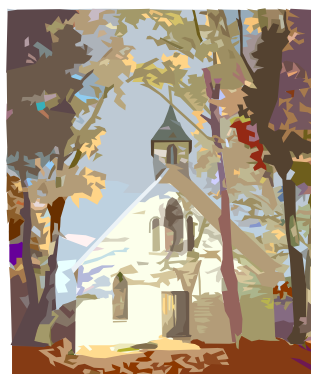
Vieringen in april

Woensdag	2 april 2025	10u30	Gebedsdienst
<u>Zondag</u>	<u>13 april 2025</u>	<u>10-11u</u>	<u>Communiebedeling</u>
Maandag	14 april 2025	10u30	Eucharistieviering <i>Palmzondag</i>
Donderdag	17 april 2025	10u30	Eucharistieviering <i>Witte Donderdag</i>
Vrijdag	18 april 2025	15u00	Kruisweg <i>Goede Vrijdag</i>
Maandag	21 april 2025	10u30	Eucharistieviering <i>PASEN</i>
<u>Zondag</u>	<u>27 april 2025</u>	<u>10-11u</u>	<u>Communiebedeling</u>

Intenties:

Er kunnen misintenties aangevraagd worden voor de misvieringen.
Deze kosten 10 €. Aanvragen kunnen gedaan worden bij het onthaal.

De gebedsdiensten gaan door in de kapel.
Iedereen is van harte welkom!



Om niet te vergeten

ZEGENING MET ZALVING ALS KRACHTMOMENT

In de week van 7 april worden gemeenschappelijke ziekenzalvingen georganiseerd voorgegaan door **een priester**.

We doen er ditmaal 2 in de kapel en nog 1 op de afdeling.

We verzamelen **om 13u30 in de kapel** of op de afdeling:

Maandag 7/04: voor de bewoners van Charleroyhoeve, Tommenmolen en Rijkenhoek **in de kapel om 13u30**

Dinsdag 8/04: voor de bewoners van Guldendal en Prinsenbos **in de kapel om 13u30**

Woensdag 9/04: voor de bewoners van Liermolen **op de afdeling**

Bewoners die graag deelnemen, gelieve hun naam door te geven aan de verantwoordelijke van de afdeling!

Zorg dragen voor elkaar, behoort tot het meest menselijke van ons bestaan en is het wezen van ons christen zijn.

Van harte vanuit de Pastorale zorg!

Veerle

De Goede Week

We vieren in de Goede Week een aantal belangrijke momenten in het liturgisch jaar op weg naar Pasen.

Maandag 14/04 starten we met een viering waarin palmtakken zullen gewijd worden. We zullen nadien ook op elke afdeling gewijde palmtakken bezorgen voor zij die niet aanwezig konden zijn. Deze palmtakken worden vaak aan een kruisbeeld gehangen als teken van hoop en leven.

Donderdag 17/04 vieren we Witte Donderdag, het feest van het laatste avondmaal.

Vrijdag 18/04, Goede Vrijdag, herdenken we samen het lijdensverhaal van Jezus. Hij is veroordeeld en neemt zijn kruis op om wat later aan het kruis genageld te sterven.

Pasen vieren we op paasmaandag **21 april**.



Denken over het lijdensverhaal

Aswoensdag op het voorhoofd gedrukt askruisje.
Aan de wand boven de haard palmtakje en kruisje.
In april ontvangen we de ziekenzalving,
het sacrament van de H. Kerk voor versterking.

We danken U Heer voor al uw gaven
en voelen ons allen in veilige haven.
Palmzondag, Jeruzalem, Jezus blijde intrede.
Hij wou hun allen brengen: zijn Goddelijke vrede.

Witte donderdag het laatste avondmaal,
gebroken brood en beker wijn, symbolische taal.
Goede vrijdag, Jezus verraden met Judaskus.
Jezus moest verschijnen voor Pilatus.

Pilatus veroordeelde Hem tot de kruisdood,
met vallen en opstaan sleepte Hij zich voort.
Beulen doorboorden zijn voeten en handen.
Aan het kruis legden ze zijn leven aan banden.

Drie uur lang hing Jezus aan het kruis.
De Hemel werd grauw en heel gruis.
Jezus woorden; Vader het is genoeg geweest.
Met pijn in hart en ziel gaf Hij de geest.

Goede vrijdag volbracht de kruisiging.
Na drie dagen kwam de heropstanding.
Het was de dag van het paasfeest,
alle klokken galmden om ter meest.

Aan allen zalig en vreugdevol Pasen.

1 april, de dag van de aprilgrap.

Dromen zijn bedrog, zegt men toch.

Dromen - Van onze gelukkige kindertijd,
dat heeft ons hart verblijd.
Vader, moeder, ons hele gezin.

Dromen - Van onze zalige jeugdijaren,
met vele anderen ervaren.
Samen met vrienden gedeeld.

Dromen - Van onze verliefdheid,
dat samen ons leven leidt.
Gelukkig leven met elkaar.

Dromen - Samen staan voor het altaar,
met veel liefde voor elkaar.
Denken aan een gezin.

Dromen - Ons geloofsleven delen.
Elkaar steeds vergeven.

Dromen - Dat de heer ons geven mag,
een gelukkige oude dag,
met een traan of lach.

Dromen - Dat dit geen droom was,
dat het echt waar was.

Boekenrubriek

Wielrennen

Volgende boeken over wielrennen hebben wij momenteel beschikbaar in onze bibliotheek:

Wielrennen

1001 foto's

Wielrennen is als volkssport stevig in onze cultuur verankerd. We kennen allemaal het gevoel van vrijheid op de fiets. De fascinerende wielersport kent vele emoties, staat bol van legendarische heldendaden en wordt wereldwijd beoefend. Maak in dit boek kennis met de koninginnen van de fiets, de helden van het eerste uur en de snelheidsduivels op futuristisch ogende fietsen. De foto's vertellen het verhaal achter de koers.

Groot Vlaams wielerveerwoordenboek

Michel Wuyts – Ann De Craemer

In dit boek laat men zien hoe de in de wielrennerij het Vlaams op zijn mooist is. Van 'chasse patate' tot 'skarten', van 'choco zijn' tot 'eruit bonjouren', van 'er een snok aan geven' tot 'wegkletsen': zeventig sappige wielerveerwoorden voorziet Wuyts van een grappige anekdote.

1000 keer Vlaanderen

1913 – 2016

Dit boek biedt een persoonlijke kijk op de Ronde van Vlaanderen vanuit een uniek perspectief: de nuchtere ex-renner ontmoet de emotionele journalist. Hun samenwerking biedt een nieuw zicht op de boeiendste der klassiekers.

Eddy!

Planckaert, altijd coureur gebleven

Dit is het verhaal van een ventje uit een Vlaams dorp, een ventje dat coureur werd en een schone erelijst bijeen reed, met daarbij de Ronde van Vlaanderen, Parijs-Roubaix en de groene trui in de Ronde van Frankrijk

Merckx 69

Ter gelegenheid van de 69^e verjaardag van Eddy Merckx keren wielerveerfotograaf T. Strouken en auteur J. Maes terug naar 1969, het jaar dat zonder enige twijfel het mooiste uit de carrière van Belgisch grootste kampioen was. Toch overschaduwden twee gebeurtenissen deze alleenheerschappij. In twaalf originele brieven aan Merckx blik men terug op zijn scharniermomenten.

Groepsactiviteiten Ergo en Animatie

Dinsdag 1 april:

- 10.00u: Dessert maken in de leefruimte van de Charleroyhoeve
- 10.30u: Geheugentraining (groep 3) in de bibliotheek
- 14.30u: De repetitie van het koor gaat door in de kapel
- 14.30u: Zitturnen in de leefruimte van de afdelingen Liermolen
- 14.30u: Muziekatelier in de leefruimte van de afdeling Prinsenbos

Woensdag 2 april:

- Woensdagnamiddagclub (= groepsvalidation) in de bibliotheek:
Om 13.00u voor de bewoners van de afdeling Prinsenbos
Om 14.30u voor de bewoners van de afdeling Liermolen
- 14.30u: Handwerknamiddag in het ergolokaal
- 14.30u: We spelen het muziekspel Hitster in de leefruimte van Tommenmolen
- 14.30u: Bloemenspel in de leefruimte van de afdeling Guldendal

Donderdag 3 april:

- Voormiddag: De rijdende winkel komt langs op alle afdelingen
- 10.00u: Soep bereiden in de leefruimte van de afdeling Rijkenhoek
- 10.00u: Praatuur in de leefruimte van de afdeling Guldendal
- 10.30u: Geheugentraining (groep 2) in zaal Jordaens
- 14.00u: **MODESHOW** in de cafetaria. De firma Dimoda stelt haar collectie zomerkleding voor. Nadien is er gelegenheid tot aankopen. (Geen aankoopverplichting)

Vrijdag 4 april:

- 10.00u: Krantenuur in de zithoek van de afdeling Prinsenbos
- 10.15u: Muziekatelier (klassieke muziek) in de leefruimte van de afdeling Rijkenhoek
- 14.00u: Filosofische kring in de bibliotheek
- 14.30u: Muziekatelier in de leefruimte van de afdelingen Guldendal en Liermolen
- 14.30u: Documentaire WO II Blitzkrieg in de leefruimte van Tommenmolen

Maandag 7 april:

- 10.30u: Geheugentraining (groep 1) in de bibliotheek
- 10.30u: Geheugentraining (groep 2) in zaal Jordaens
- 10.00u: Koken (volledige maaltijd) met bewoners van de afdeling Prinsenbos
- 10.00u: Soep bereiden in de leefruimte van Guldendal
- Namiddag: De boekenkar komt langs
- 13.30u: Ziekenzalving voor de bewoners van Tommenmolen, Rijkenhoek en Charleroyhoeve in de kapel
- 13.30u: Kaarten in de cafetaria
- 14.00u: Wekelijkse wandeling. Vertrek aan de hoofdingang
- 14.30u: Zangnamiddag in de leefruimte van de afdeling Guldendal

Dinsdag 8 april:

- 10.00u: Dessert maken in de leefruimte van de Charleroyhoeve
- 10.30u: Geheugentraining (groep 3) in de bibliotheek
- 13.30u: Ziekenzalving voor de bewoners van Guldendal en Prinsenbos in de kapel
- 14.30u: De repetitie van het koor gaat door in de kapel
- 14.30u: Zitturnen in de leefruimte van de afdelingen Liermolen

Woensdag 9 april:

- Woensdagnamiddagclub (= groepsvalidation) in de bibliotheek:
Om 13.00u voor de bewoners van de afdeling Prinsenbos
Om 14.30u voor de bewoners van de afdeling Liermolen
- 13.30u: Ziekenzalving voor de bewoners van Liermolen in de leefruimte
- 14.30u: Handwerknamiddag in het ergolokaal
- 14.30u: Pictionary in de leefruimte van Tommenmolen

Donderdag 10 april:

- 10.00u: Soep bereiden in de leefruimtes van de afdelingen Rijkenhoek en Liermolen
- 10.00u: Praatuur in de leefruimte van de afdeling Guldendal
- 10.30u: Geheugentraining (groep 2) in zaal Jordaens
- 14.00u: Gebruikersraad voor alle bewoners in de cafetaria
- 14.30u: Zitturnen op de afdelingen Prinsenbos en Guldendal
- 14.30u: Reminiscentie in de zithoek van de afdeling Liermolen

Vrijdag 11 april:

- 10.15u: Muziekatelier (klassieke muziek) in de leefruimte van de afdeling Rijkenhoek
- 14.30u: Documentaire WO II Pearl Harbor in de leefruimte van de afdeling Tommenmolen
- 14.30u: Muzieknamiddag in de leefruimte van de afdelingen Guldendal en Liermolen

Maandag 14 april:

- Namiddag: De boekenkar komt langs
- 13.30u: Kaarten in de cafetaria
- 14.00u: Hondenwandeling. Vertrek aan de hoofdingang.
- 14.30u: Bewegingsactiviteit in de leefruimte van de afdeling Tommenmolen

Dinsdag 15 april:

- 14.30u: De repetitie van het koor gaat door in de kapel
- 14.30u: Zitturnen in de leefruimte van de afdeling Liermolen
- 14.30u: Puppy Fons komt op bezoek in de leefruimte van de afdeling Guldendal
- 14.30u: Muziekatelier in de leefruimte van de afdeling Prinsenbos

Woensdag 16 april:

- 10.00u: Soep bereiden in de leefruimte van de afdeling Liermolen
- 10.00u: Praatuur in de leefruimte van de afdeling Guldendal
- Woensdagnamiddagclub (= groepsvalidation) in de bibliotheek:
Om 13.00u voor de bewoners van de afdeling Prinsenbos
Om 14.30u voor de bewoners van de afdeling Liermolen
- 14.30u: Handwerknamiddag in het ergolokaal
- 14.30u: Slangenspel in de leefruimte van Tommenmolen

Donderdag 17 april:

- Namiddag: De rijdende winkel komt langs op alle afdelingen
- 14.30u: Reuzenscrabble in de leefruimte van Charleroyhoeve
- 14.30u: Zangnamiddag op de afdeling Prinsenbos
- 14.30u: Bewegingsactiviteit op de afdeling Guldendal

Vrijdag 18 april:

- 10.15u: Muziekatelier (klassieke muziek) in de leefruimte van de afdeling Rijkenhoek
- 10.00u: Krantenuur in de zithoek van de afdeling Prinsenbos
- 15.00u: Kruisweg voor alle bewoners in de kapel



Week van de valpreventie

Maandag 21 april:

Namiddag: **Paaseierenzoektocht**. Graag inschrijven voor 4 april!

Dinsdag 22 april :

- 10.30u: Geheugentraining (groep 3) in de bibliotheek
- 14.30u: Muziekatelier in de leefruimte van de afdeling Prinsenbos
- 14.30u: De repetitie van het koor gaat door in de kapel
- 14.30u: Zitturnen in het kader van valpreventie in de leefruimte van de afdeling Liermolen
- 14.30u: 'Huisje Weltevree' spel over valpreventie in de leefruimte van de afdeling Guldendal

Woensdag 23 april:

Veel bewegen is heel belangrijk om vallen te voorkomen! In de kinezaal kan je vandaag de **Ronde van Vlaanderen** fietsen!

- Woensdagnamiddagclub (= groepsvalidation) in de bibliotheek:
Om 13.00u voor de bewoners van de afdeling Prinsenbos
Om 14.30u voor de bewoners van de afdeling Liermolen
- 14.30u: Handwerknamiddag in het ergolokaal

Donderdag 24 april:

- 10.00u: Soep bereiden in de leefruimtes van de afdelingen Rijkenhoek en Liermolen
- 10.30u: Geheugentraining (groep 2) in de Bibliotheek
- 14.30u: CREA namiddag in de cafetaria
- 14.30u: Yoga in het kader van valpreventie op de afdeling Guldendal
- 14.30u: Zitturnen in het kader van valpreventie op de afdeling Prinsenbos
- 14.30u: Reminiscentie in de zithoek van de afdeling Liermolen

Vrijdag 25 april:

- 10.15u: Muziekatelier (klassieke muziek) in de leefruimte van de afdeling Rijkenhoek
- 14.30u: Muzieknamiddag in de leefruimte van de afdeling Guldendal
- 14.30u: Veiligheidsbingo in het kader van valpreventie in de leefruimte van de afdeling Charleroyhoeve

Maandag 28 april:

- 10.00u: Soep bereiden in de leefruimte van de afdelingen Prinsenbos en Guldendal
- 10.30u: Geheugentraining (groep 1) in de bibliotheek
- 10.30u: Geheugentraining (groep 2) in zaal Jordaens
- Namiddag: De boekenkar komt langs
- 13.30u: Kaarten in de cafetaria
- 14.00u: Wekelijkse wandeling. Vertrek aan de hoofdingang.
- 14.30u: **Muziekfilm “Een muzikale reis”** van Young Belgian Strings in de kapel voor de bewoners van de afdelingen Liermolen, Guldendal en Prinsenbos
- 14.30u: Paasplantjes en zomerbloemen inplanten op de afdeling Tommenmolen

Dinsdag 29 april:

- 10.00u: Dessert maken in de leefruimte van de Charleroyhoeve
- 10.30u: Geheugentraining (groep 3) in de bibliotheek
- 14.30u: **Muziekfilm “Een muzikale reis”** van Young Belgian Strings in de kapel voor de bewoners van de afdelingen Tommenmolen, Rijkenhoek en Charleroyhoeve
- 14.30u: Zitturnen in de leefruimte van de afdelingen Liermolen
- 14.30u: Muziekatelier in de leefruimte van de afdeling Prinsenbos
- 14.30u: Plantenbakken vullen op de afdeling Guldendal

Woensdag 30 april:

- Woensdagnamiddagclub (= groepsvalidation) in de bibliotheek:
Om 13.00u voor de bewoners van de afdeling Prinsenbos
Om 14.30u voor de bewoners van de afdeling Liermolen
- 14.00u: Verjaardagsfeest. Bewoners die in februari verjaren zijn van harte uitgenodigd in de Zaal Rubens

Donderdag 3 april

Om 14.00 uur in de cafetaria

MODESHOW



**De firma DIMODA Plus stelt haar
nieuwe collectie lente- en
zomerkleding voor.**

**Nadien is er gelegenheid tot
aankopen in de kapel.**

Hartelijk welkom!

PAASEIEREN ZOEKTOCHT



MAANDAG 21 APRIL
TUSSEN 14U EN 16U30

(ACHTER/KLEIN)KINDEREN VAN
PERSONEEL EN BEWONERS ZIJN
WELKOM

INSCHRIJVEN TEN
LAATSTE VRIJDAG 4 APRIL

Deelname: €1

Paasgebakje: €3 in de cafetaria

Meer info en inschrijvingen: kine@hhg.be



Sint- Servaasommegang



Zondag 18 mei

Verzamelen om **10u30** aan het onthaal
Inschrijven voor 9 mei bij de dienst kine

Oproep


Kom jij ons helpen? Duw een rolstoel en beleef de Sint-Servaasommegang op zondag 18 mei om 11u!

  **Lieve helden,**

De **Sint-Servaasommegang** is in aantocht en wij zijn op zoek naar enthousiaste mensen die willen helpen met het duwen van rolstoelen tijdens deze prachtige en eeuwenoude traditie. Samen willen we ervoor zorgen dat iedereen, ongeacht mobiliteit, van deze ervaring kan genieten!

 **Wat moet je doen?**

Simpel! Een bewoner in rolstoel begeleiden van ons woonzorgcentrum tot aan de Vilvoordsesteenweg en maak samen met ons een onvergetelijk moment van deze traditie.

 **Meld je aan** via kine@hhg.be of bij de dienst kine via onderstaand strookje t.a.v. Jessica vóór vrijdag 9 mei 2025.

We kijken er naar uit om samen met jou deze speciale dag te beleven!

Met vriendelijke groeten,

Team Leven

.....

Naam: _____

Mail/Tel: _____

Stelt zich kandidaat als begeleider tijdens de Sint-Servaasommegang.

Ik begeleid volgende bewoner: _____

Ik wil gekoppeld worden aan een bewoner die nog geen begeleiding heeft

Bezorg ons deze info **vóór vrijdag 9 mei 2025**.

**Ga je graag eens mee met de
rolstoelfiets?**



**Geef je interesse in een ritje door aan
de kine**

Fietsen met de rolstoelfiets



Wil je graag een tochtje maken met je familielid?

Wil je deze fiets een weekend huren?

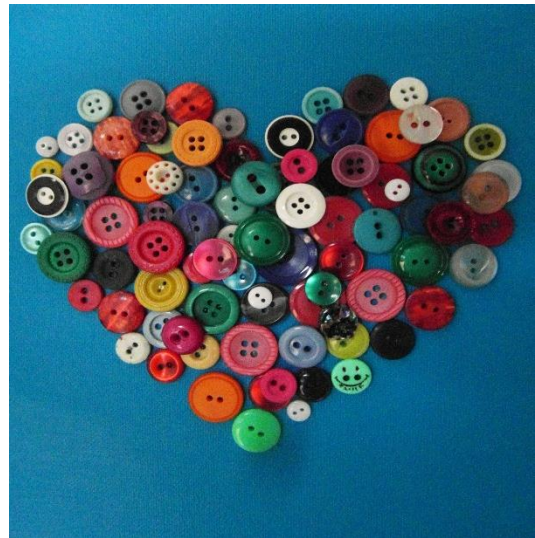
Alles kan!



Neem contact op met onze dienst kiné!
Reservaties via kine@hhg.be

Wist je dat ...

... er op **dinsdag 1 april tussen 14u en 16u30** opnieuw een knoopjesdag zal plaatsvinden?! De



vrijwilligsters van de knoopjesdag komen opnieuw samen voor verstelwerk in **zaal Jordaens**.

Wanneer je, als bewoner, te verstellen kledij hebt (bv. knoopje aannaaien, zoom omnaaien, rits herstellen, ...) dan kan je dit bezorgen op de **verpleegpost** van je afdeling of laten bezorgen bij het **onthaal**. Je mag op 3 december ook gewoon met het verstelwerkje langslopen in zaal Jordaens.

Knoopjesdag, dinsdag 1 april om 14u in zaal Jordaens!

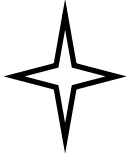




Wintertrouw

Na minder buiten te komen wegens onveilig op de baan,

Steek ik met jou toch de bevroren vijver over.



Samen om het langst in de sneeuw liggen,

Tot we samen één worden met dat witte tapijtje.



Het voelt als een wintertrouw samen met jou.



Gouwe Ouwe

Dag iedereen!

Deze maand heb ik mij laten inspireren door het mooie weer van de afgelopen weken. De lente is ingetreden en dan vergeten we snel de koude winter. Dit komt ook naar voor in het liedje dat ik heb gekozen:

De Roos – Ann Christy

Ann Christy was een zangeres die in Antwerpen werd geboren in 1945. Haar echte naam was Christiane Leenaerts. Ze begon haar zangcarrière in de jaren '60, maar pas in 1968 werd ze populair na het winnen van het 'Songfestival van Knokke'. In 1970 en 1971 deed ze mee aan de voorrondes van het Eurovisiesongfestival, maar tevergeefs. Pas in 1975 mocht ze België vertegenwoordigen met het nummer *Gelukkig zijn*.

Ze hoopte hiermee op een internationale zangcarrière, maar dit bleef uit. Ze stortte zich de komende jaren wat meer op theater en in 1977 stond ze 152 keer op de planken in het toenmalig Mechels Miniatuur Theater met de musical *Midzomernachtsdroom*, een muzikale bewerking van het bekende werk van Shakespeare.

Na enkele nieuwe singles was het in 1980 opnieuw raak voor Ann Christy met *De Roos*. Het was een cover van een Engelstalig liedje dat vertaald werd door Johan Verminnen.

Ze zou niet veel later de diagnose van baarmoederhalskanker krijgen. Aan deze ziekte is ze veel te vroeg (op 38-jarige leeftijd) overleden. Ze is uitgestrooid op de begraafplaats in Meise.

De tekst van haar bekende hit vind je terug op de volgende bladzijde.

Tot volgende maand!



(Ann Christy, 1980)

De Roos

Men zegt van liefde, dat ze zacht is
Als een lief en teder woord
Men zegt van liefde, dat ze hard is
En zo vaak het geluk vermoord

Men noemt haar, hunker en verlangen
Men noemt haar, redder in nood
Ik zeg dat liefde, als een bloem is
Waarop de zon, haar stralen strooit

Ze is het hart zo bang en breekbaar
Zo wankel en zo broos
Ze is de droom van voor 't ontwaken
Omdat ze dan de waarheid hoort

Ze wacht op wie haar nu wil plukken
Op wie haar tranen steelt
Zo bang, om vroeg te sterven
Voor ze werkelijk heeft geleefd

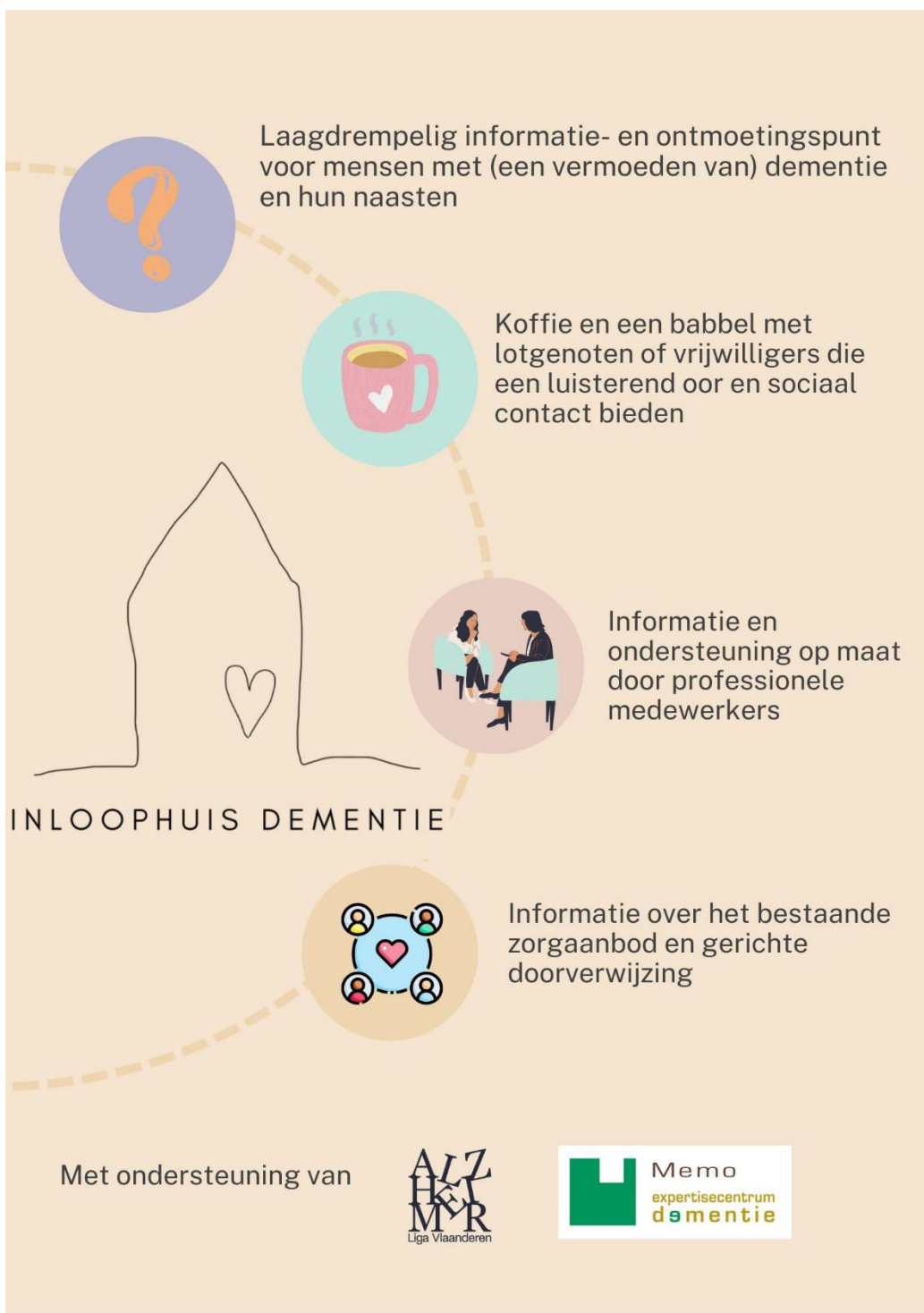
En is de nacht zo koud en eenzaam
Duurt het wachten veel te lang
Denk dan maar dat geluk alleen is
Voor wie er hevig naar verlangd

Denk dan maar dat bittere winters
Een dikke laag van sneeuw
Nog nooit hebben verhinderd
dat de roos hen overleeft



Focus op dementie

Tijdens de Dag van de Zorg stelden we het Inloophuis Dementie voor. Het inloophuis Dementie zal in de loop van 2025 in het WZC de deuren openen. We houden jullie zeker op de hoogte.



Vrijwillig en met Liefde

Dag allemaal,

Hier zijn we weer.

Op 18 maart, twee dagen na de fantastische 'Dag van de Zorg' hier in ons WZC Heilig Hart, kregen wij, vrijwilligers, een lekker verwenontbijt aangeboden.

En of het een "verwen-ontbijt" was!!! Kijk maar naar de foto's!



We waren weer met velen.

Het doet deugd om samen te zijn. We helpen allemaal niet op dezelfde dag, en ook niet op dezelfde plaats.

Het is dan ook een ideale gelegenheid om mekaar beter te leren kennen.

We vormen echt een vriendengroep!



Volgende maand gaan we verder rond het thema 'vrijwilliger'

We voelen ons zo goed in ons werk!

Je mag op ons blijven rekenen!!!



Lichaamsbeweging

Week van de valpreventie: 21 -27 april

**IK NEEM MIJN VALRISICO
ONDER DE LOEP
EN BESPREEK HET**



Valpreventie.be
Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen

TIPS OM VALLEN TE VOORKOMEN



IN BEWEGING BLIJVEN

Train 3 keer per week je evenwicht en spierkracht.



STEVIG SCOEISEL

Draag goed passende schoenen die je voet volledig omsluiten.



VEILIGE WOONOMGEVING

Vraag advies over aanpassingen die je omgeving veiliger maken.



ZICHT NAKIJKEN

Laat je zicht ieder jaar nakijken bij je oogarts.



MEDICATIE CONTROLEREN

Laat je geneesmiddelen jaarlijks controleren bij je arts of apotheker.



RUSTIG RECHTSTAAN

Adem diep in en uit.
Draai voor het rechtstaan even met je polsen en enkels.

Samen Sterk Tegen Valrisico's

In april zetten we extra in op valpreventie! Tijdens deze week willen we niet alleen bewustzijn creëren over de valrisico's, maar ook concrete acties ondernemen om de gezondheid van onze bewoners te verbeteren.

Valrisico's in Kaart Brengen

Als zorgcentrum vinden we het belangrijk om aandacht te besteden aan de valrisico's van onze bewoners. Daarom geven we iedereen de kans om een checklist in te vullen, waarmee we de specifieke risico's voor iedere bewoner in kaart kunnen brengen. Door deze checklist in te vullen, krijgen we een beter zicht op mogelijke gevaren en kunnen we passende maatregelen nemen om valincidenten te voorkomen. Deze checklists en adviezen kunnen jullie bekomen bij de dienst kine.

Handknijpkrachtmeter en Frailty

Een belangrijke indicator voor de gezondheid en kracht van een persoon is de handknijpkracht. We introduceren de handknijpkrachtmeter als hulpmiddel om de frailty (verzwakking) van onze bewoners te meten. Door deze metingen kunnen we gericht werken aan het behoud van spierkracht en mobiliteit, wat essentieel is voor het verminderen van valrisico's.

Activiteiten

Tijdens de Week van de Valpreventie organiseren we extra bewegingsactiviteiten om de kracht, uithouding en evenwicht van onze bewoners te verbeteren. Maar we gaan verder dan alleen fysieke activiteiten! Om het bewustzijn over het belang van valpreventie te vergroten, houdt het ergo/animatieteam leuke activiteiten die gericht zijn op valrisico's.

De Ronde van Vlaanderen – Wedstrijd en Prijsuitreiking

Als extra motivatie voor de bewoners organiseren we een wedstrijd in het teken van de Ronde van Vlaanderen! Op het einde van de maand, na een maand getraind te hebben, vindt er een wedstrijd plaats, waarbij we de winnaars in de bloemetjes zetten.

Met deze initiatieven hopen we de valpreventie naar een hoger niveau te tillen en zowel de gezondheid als het plezier van onze bewoners te bevorderen. We moedigen iedereen aan om mee te doen, samen werken we aan een veilige en gezonde omgeving!

Lichaamsbewegingsactiviteiten:

"Ronde van Vlaanderen"



De volgende editie vindt plaats op **woensdag 23 april** met een prijsuitreiking op vrijdag 25 april om 11u. Indien je als bewoner wenst deel te nemen, kan je je inschrijven op de dienst kine en de hele maand april komen trainen. Samen bewegen we in de juiste richting!

Onder het motto "Eén tegen allen, allen tegen vallen", wensen we alvast alle sportieve deelnemers veel succes toe!

Tot binnenkort!

Sportieve groeten!

De dienst kinesithérapie

Oefeningen:

Oefening 1:

Breng de rekker aan een steunpunt vast door de rekker door de laatste lus te trekken. Hou het uiteinde vast met 1 hand. Trek de rekker 3x20 herhalingen naar voor met een gestrekte arm en wissel van kant. Dit kan ook rechtstaand uitgevoerd worden.



Oefening 2:

Maak 1 uiteinde van de rekker vast rond de voet en neem het andere uiteinde in je hand. Strek en plooi je elleboog 3x 20 herhalingen. Herhaal dit met de andere arm.



Bewegingsparcours:

Verder willen we jullie motiveren om samen met familie, vrienden en medewerkers ons bewegingsparcours uit te proberen. Jullie zullen in de wandelgangen 10 oefeningen vinden op de gelijkvloers en 6 oefeningen per afdeling. Deze zien er zo uit:



**Kapster Vera is met
verlof van
Dinsdag 15/04 tot
en met
Vrijdag 18/04**

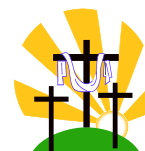


Nieuwe bewoners



<u>Bewoner</u>	<u>Afdeling</u>	<u>Komt uit gemeente:</u>
VERHAEREN Dora	GULDENDAL	VILVOORDE
MERTENS Frans	PRINSENBOS	GRIMBERGEN
HOFMANS Henri	GULDENDAL	GRIMBERGEN

Zijn van ons heengegaan



08/03/2025	VAN LOON Maria	LIERMOLEN
08/03/2025	VERDEYEN François	PRINSENBOS
16/03/2025	RITZEN Simonne	TOMMENMOLEN

Verjaardagen bewoners

CLOET Amand	Charleroyhoeve	02/04/1937	88
VAN DER STRAETEN Godelief	Guldendal	04/04/1942	83
TEUGELS Paula	Prinsenbos	15/04/1935	90
VERMEULEN Joanna	Tommenmolen	15/04/1950	75
HELLINCKX Anna	Charleroyhoeve	17/04/1929	96
VANCRAENENBROECK Jeannine	Guldendal	19/04/1936	89
D' HAES Jeanine	Guldendal	22/04/1938	87
KRIJNEN Bart	Rijkenhoek	23/04/1936	89
DE HAINAUT Mariëtte	Prinsenbos	24/04/1925	100
FONCKE Simonne	Charleroyhoeve	27/04/1932	93
TRAP Marie-Thérèse	Tommenmolen	28/04/1930	95
HALLEWAERT Remi	Tommenmolen	28/04/1932	93

Huwelijksverjaardagen bewoners


Dhr. en Mw. CLOET - GRYSOLLE afdeling Charleroyhoeve	04/04/1964	61
Dhr. en Mw. SUYS - Potoms afdeling Guldendal	04/04/1961	64
Dhr. en Mw. DE BAERDEMAEKER - VAN 'T ZANT afdeling Charleroyhoeve	12/04/1958	67
Dhr. en Mw. MENSALT - De Broeye afdeling Liermolen	11/04/1967	58
Dhr. en Mw. Gysenberg - VANBLAERE afdeling Liermolen	11/04/1969	56
Dhr. en Mw. DOM - Zenner afdeling Guldendal	12/04/1966	59




Verjaardagen personeel

BOJANG Saikou	TOMMENMOLEN	01/04/1983	42
OUASLAM Zohra	CHARLEROYHOEVE	02/04/1975	50
OOGHE Wim	TOMMENMOLEN	05/04/1966	59
BERISHA Luan	GULDENDAL	07/04/2006	19
IZEGGAR Soumaya	TOMMENMOLEN	07/04/1995	30
VETRANO Virginie	CHARLEROYHOEVE	13/04/1985	40
VANDEPERRE Herman	ADMINISTRATIE	14/04/1964	61
DOSSOU AWOUSI	LIERMOLEN	14/04/1991	34
VAN GOMPEL Hilde	NACHTPLOEG	15/04/1965	60
DE COSTER Arissa	CHARLEROYHOEVE	17/04/1997	28
GODAERT Ann	GULDENDAL	19/04/1964	61
DROISSART Katie	ERGO	22/04/1963	62
BOGAERT Anita	TOMMENMOLEN	23/04/1967	58
TRATSAERT Marleen	LIERMOLEN	24/04/1966	59
RAIA Serafina	SCHOONMAAK	24/04/1981	44
DE BOECK Sophie	GULDENDAL	25/04/1981	44
VANDERVEKEN Hilde	ADMINISTRATIE	30/04/1970	55
THIELEMANS Katty	LIERMOLEN	30/04/1980	45

Menu

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 31 MAA 2025	Omelet	Courgettesoep Hamburger Bearnaisesaus Boontjes Aardappelen Rijstpap	Tonijnsalade Koekje
DINSDAG 01 APR 2025	Confituur	Juliennesoep Boomstammetje Gegratineerde bloemkool Gebakken aardappelen Straciatelli mousse	Quiche Lorraine Fruit
WOENSDAG 02 APR 2025	Platte kaas	Pompoensoep Stoofvlees Marengo Frieten Fruit	Smeerpaté Roomdessert
DONDERDAG 03 APR 2025	Honing	Bouillonsoep Brunoisegroenten Kalkoensaté Provençaalse saus Pasta Rijstgriesmeel	Salami Hotelcake
VRIJDAG 04 APR 2025	Spek	Venkelsoep Tongrolletjes Brunoise saus Bieslookpuree Pudding	Jonge Hollandse kaas Verse kaas met fruit
ZATERDAG 05 APR 2025	Banaan	Minestrone soep Kippenbil Currysous/Ananas Groenterijst IJsje	Paardenfilet Koekje
ZONDAG 06 APR 2025	Koek Twist	Broccoliroomsoep Varkensgebraad Mosterdsaus Gestooft wortelen Kroketten Taart	Délice de bourgogne Druiven

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 07 APR 2025	Eitje	Courgettesoep Schnitzel Asperge in witte saus Peterselie/Aardappelen Rijstpap	Americain préparé Ajuin/Augurk Koekje
DINSDAG 08 APR 2025	Siroop	Groentesoep Kalkoenbrochette Provençaalse saus Groenterijst Tiramisu	Loempia Zoetzure saus Fruit
WOENSDAG 09 APR 2025	Platte kaas	Brunoisesoep Hongaarse goulash Gemengd slaatje Frietten Fruitsalade	Kipfilet met tuinkruiden Flan
DONDERDAG 10 APR 2025	Confituur	Ajuinsoep met kaas Cordon bleu Erwten en wortelen Gebakken aardappelen Chocomousse	Sardienen Cake
VRIJDAG 11 APR 2025	Spek	Seldersoep Viktoriabaars Oostendse wijze Preipuree Pudding	Jonge Hollandse kaas Petit suisse
ZATERDAG 12 APR 2025	Chocolade	Minestrone Kalfsgebraad Bruine saus Boterboontjes Aardappelen IJsje	Hespenworst Koekje
ZONDAG 13 APR 2025	Rozijnenkoek	Groentebouillon met balletjes Ossentong/Madeirasaus Tuinkers Kroketten Gebak	Domaine de Bresse Druiven

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 14 APR 2025	Omelet	Broccolisiep Boomstammetje Bloemkool in witte saus Aardappelen Rijstpap	Kip Curry Koekje
DINSDAG 15 APR 2025	Siroop	Parmentiersiep Oeuf florentine Puree Chocoladecake	Worstenbroodje Fruit
WOENSDAG 16 APR 2025	Platte kaas	Preisoep Kippenbil Appelmoes Frietten Fruit	Vleesbrood Liegeoise dessert
DONDERDAG 17 APR 2025	Confituur	Groentesiep Kalkoengebraad Currysous Ananas/Perzik Aardappelen Panna Cotta	Haring met appeltjes Koekje
VRIJDAG 18 APR 2025	Spek	Kippensoep Gebakken zalm Bearnaise saus Spinaziepuree Pudding	Leerdammer Verse kaas vanille
ZATERDAG 19 APR 2025	Speculaas	Tomatensoep met balletjes Varkensgebraad Mosterdsaus Gestoofde wortelen Aardappelen IJsje	Goldworst Koekje
ZONDAG 20 APR 2025	Mini koffiekoek	Vispotje Kalkoenrollade Champignon en spek Jagersaus Gestoofd witloof Kroketten Paasgebak	Camembert Druiven

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 21 APR 2025	Omelet	Ajuinsoep met kaas Vogelnestje Tomatensaus Knolselderpuree Taart	Krabsalade Koekje
DINSDAG 22 APR 2025	Speculaaspasta	Juliennesoep Chipolata Rode kool met appeltjes Aardappelen Appelcake	Quiche Lorraine Appelsien
WOENSDAG 23 APR 2025	Platte kaas	Bloemkoolsoep Stoofvlees op Vlaamse wijze Gemengd slaatje Frietten Fruit cocktail	Maredsous Roomdessert
DONDERDAG 24 APR 2025	Choco	Wortelsoep Kip Zoetzure saus Groenterijst Crème Mango	Cervela Mosterd/Pickles Ananas
VRIJDAG 25 APR 2025	Spek	Groentesoep met vermicelli Fish Stick Tartaarsaus Tomatensalade Bieslookpuree Pudding	Smeerkaas Fruitkaasje
ZATERDAG 26 APR 2025	Peperkoek	Seldersoep Spaghetti bolognese Kaas IJsje	Filet de sax Koekje
ZONDAG 27 APR 2025	Chocolade- broodje	Champignonroomsoep Rosbief Ajuinsaus Gestooft worteltjes Kroketten Taart	Chaumes Druiven

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 28 APR 2025	Eitje	Bouillonsoep Vermicelli/balletjes Kalkoenbrochette Provençaalse saus Spirelli Rijstpap	Filet americain Augurk/Ajuintjes Koekje
DINSDAG 29 APR 2025	Honing	Venkelsoep Gevulde tomaat Tomatensaus Groenterijst Panna Cotta	Lasagne Fruit
WOENSDAG 30 APR 2025	Platte kaas	Tomatensoep Kipfilet Champignonsaus Gemengd slaatje Frieten Gebak	Kip-Kap Mosterd/Pickles Flan
DONDERDAG 01 MEI 2025	Mini koffiekoek	Slaatje perzik en tonijn Orloffgebraad Portosaus Groentekrans Pomme duchessee Appelcake	Gandaham Meloen
VRIJDAG 02 MEI 2025	Spek	Courgettesoep Gegratineerd vispannetje Bieslookpuree Pudding	Jonge Hollandse kaas Petit suisse
ZATERDAG 03 MEI 2025	Banaan	Aspergeroomsoep Hamburger Prei in witte saus Aardappelen IJsje	Kippenwit Koekje
ZONDAG 04 MEI 2025	Croissant	Broccoliroomsoep Kalfsblanket Rapen/Wortel Tuinkers Kroketten Gebak	Saint Albray Druiven

Denksport

Een rooster vol fruit : Zoek voor onderstaande vruchten een plaats in het rooster.

ananas

kersen

pompelmoes

appels

kiwi

perzik

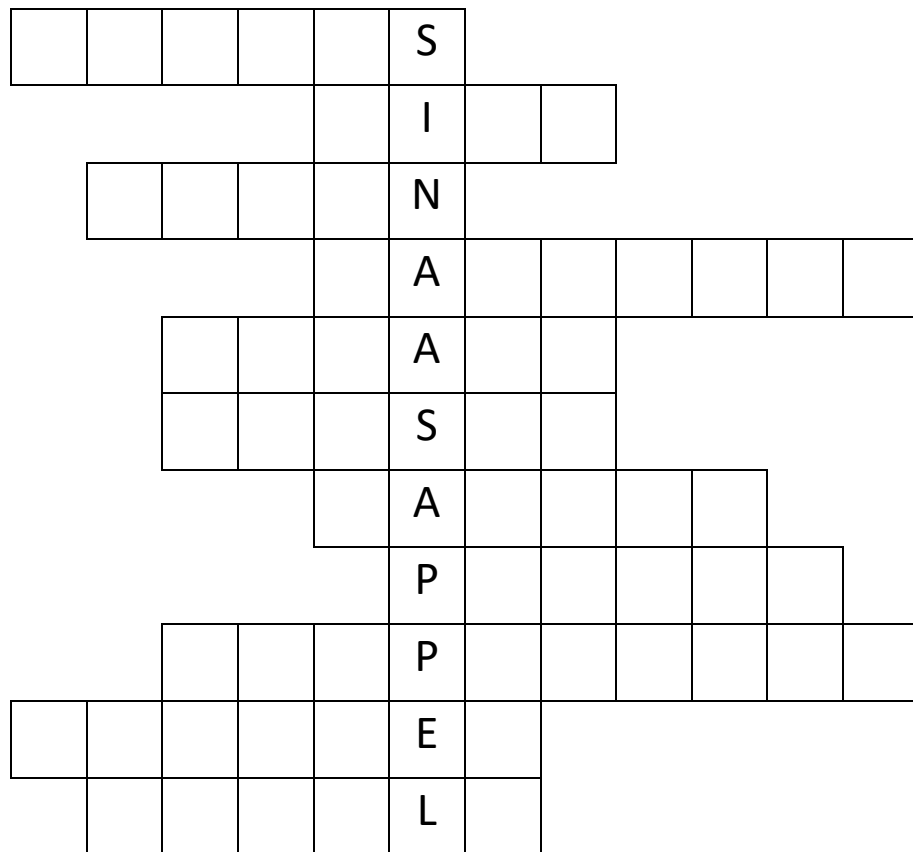
banaan

mandarijn

druiven

dadels

peren



Oplossing vorige opgave: Aalst – Tienen – Ternat – Geel – Luik – Leest – Namen – Spa – Ronse – Mol – Nijvel – Leuven – Drongen – Temse – Bree – Deinze – Eeklo – Elsene – Peer – Bredene – Herne – Lanaken – Lot - Appels



Heilig Hart Grimbergen