



WZC
Heilig Hart te
Grimbergen vzw

2025

Verantwoordelijke uitgever: Els Suys

September

De Huiskrant



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: Team Leven
- Gouwe, Ouwe...: Lalemant Thiebout
- Focus op dementie: Stuurgroep Dementie/Validation WZC Heilig Hart
- Vrijwillig en met Liefde: Vrijwilligers
- Lichaamsbeweging: Jessica De Vlaminck
- Uit de dromendoos: Jef Hellinckx
- 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.

September is aangebroken en met de komst van deze maand voelen we de nadere overgang van de zomer naar de herfst. De dagen worden korter en de bladeren beginnen te kleuren, wat ons herinnert aan de natuurlijke schoonheid om ons heen.

Een terugblik op de verschillende activiteiten die we voor jullie hebben georganiseerd in de zomerse, warme maand augustus: op 4 augustus 2025 was er de hondenwandeling, op 19 augustus 2025 een bewegingsactiviteit, op 21 augustus 2025 het ijssalon en op zaterdag 30 augustus 2025 een zomerbar met live optreden. Tijdens de tropische dagen ging het warmteplan van kracht en werden de zwembadjes uitgestald met een verfrissend drankje, een ijsje,... in de hand. Verder was augustus vooral een feestmaand: op 7 augustus was het 3-maal feest op afdeling Charleroyhoeve en Tommenmolen: Pater Bart Krijnen 60 jaar priester, Mr. Van Der Meeren en Mevr. Eylenbosch 55 jaar huwelijk, Mr. Spolspoel en Mevr. Robberechts 55 jaar huwelijk. Op 28 augustus 2025 vierden we Suzanne Leyman haar 100^e verjaardag.

In de maand september zijn de volgende activiteiten gepland: op 8 september 2025 maken we een wandeling langs de kermis, op zaterdag 13 september 2025 komt het Mechels seniorenorkest optreden, op 17 en 19 september 2025 is er het jaarlijkse bezoek van Huppelledup met kleine boerderijdieren in het teken van Werelddag dementie, op 22 en 23 september 2025 trakteren we jullie op smoutebollen, op 26 september 2025 livestream benefietconcert Werelddag dementie...

Wij hebben ons ook ingeschreven om deel te nemen aan het project 'De Schort van mijn oma'. Dit is een project dat gaat over de smaak van vroeger, onze familiale gewoontes en onze cultuur in combinatie met jullie herinneringen. Het is een project voor en door ons en daarom hebben we jullie hulp hierbij nodig. Heb je een lievelingsrecept, een familierecept van vroeger, een recept typisch van deze regio, dat zeker niet verloren mag gaan? Dan willen we die recepten graag helpen te bewaren. Meer hierover verder in deze Huiskrant.

Verder zijn we verheugd te mogen aankondigen dat we de Duomobiél Aimé hebben kunnen aankopen, dankzij de gulle bijdrage van Bart Verhaeghe tijdens de Warmste Week, waarmee we niet enkel het goede doel konden sponsoren, maar ook een aankoop konden doen waar al onze bewoners en hun familie kunnen van genieten. Vanaf september te vinden in onze inkomhal. Dit past volledig in ons jaarthema Bewegen. De Duomobiél Aimé is een duo-fiets die beweging met muziek combineert: een leuk liedje uit de tijd van toen of muziek

van een zelf gekozen Play list. Een begeleider/familielid/bezoeker neemt de bewoner mee in de draaiende beweging van de pedalen. De Duomobiel Aimé 'speelt muziek' wanneer hij een fietsbeweging detecteert. Zo wordt samen fietsen een nieuwe vorm van communicatie die zorgt voor verbondenheid.

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 hopen dat jullie net zo enthousiast zijn als wij, en dat deze momenten van samenzijn ons nog hechter maken.

Er was ook zeer triest nieuws wanneer we te horen kregen dat onze collega Marleen Tratsaert, die reeds 11,6 jaar bij ons werkte is overleden op 30 juli 2025. Het was een zeer trouwe, warme collega en we gaan haar allemaal enorm missen. Maar ze zit voor altijd in ons hart.

We zijn trots dat vanaf september de Health Hub Grimbergen ook toegankelijk wordt voor externen: men kan er terecht voor screening met de Multiscan; workshops en lezingen georganiseerd door CM,... u kan zich hiervoor inschrijven via de website www.hhg.be onder de knop Health Hub Grimbergen (Multiscan) en Health Hub Grimbergen Events (workshops en lezingen). We hebben ervoor geopteerd om een naam en logo te nemen die in lijn liggen met onze huidige branding.

In september is het ook steeds het moment om onze talrijke vrijwilligers te bedanken voor hun vele helpende handen met een mossselfestijn en een cadeautje. Dit gaat door op 16 september 2025.

Ook in het welzijn van onze medewerkers wordt verder geïnvesteerd: op maandag 8 september 2025 kunnen ze een gratis proefles BBB bijwonen en op maandag 15 september 2025 een gratis proefles Klankconcert: bewegen en ontspanning staan centraal. Daarnaast zal onze bewegingscoach Bert Leo hen verder mee op weg helpen in bewegingssessies. En op zaterdag 27 september 2025 moeten ze eens niets doen en neem ik de hele organisatie op mij en worden ze eens extra in de watten gelegd met een heuse 'After Summer Party'. Dit hebben ze wel verdiend 😊.

We zijn de laatste maanden heel actief in huis met tal van activiteiten, events, nieuwe projecten... we delen dit alles op sociale media en beperkt in de Huiskrant. Maar helaas zien onze bewoners het merendeel van deze leuke posts en foto's niet. Daarom lanceren we, naast het nieuwe informatiescherm aan het onthaal vanaf 15 september 2025 onze eigen infokanaal op 'Post 90' op jullie TV waar jullie alles mee kunnen volgen en herbeleven.

Op dinsdag 1 juli 2025 was er opnieuw een IPIC sessie, ons inspraakmodel gevolgd door de gebruikersraad op donderdag 10 juli 2025. De volgende IPIC sessie staat ingepland op 7 oktober 2025. 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.

De gebruikersraad gaat door op donderdag 16 oktober 2025, waarbij iedereen steeds welkom is. 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 en vanaf 15 september 2025 op jullie persoonlijke TV op post 90.

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

vanwege Els Suys, jullie directeur.

In Memoriam



We namen afscheid van onze collega
Marleen Tratsaert van de afdeling Liermolen.

Een groot verlies voor het huis voor zowel
collega's als bewoners.

We zullen haar missen.

Marleen Tratsaert

1966 - 2025

Thema van de maand

Zachtmoedigheid en zelfbeheersing

Een verhaal over een monnik

Aan een monnik, die teruggetrokken in een klooster leefde, werd door bezoekers gevraagd: 'Wat is de zin van uw leven hier in dit klooster, in die grote stilte en eenzaamheid?'

De monnik was net bezig een emmer water uit de waterput naar boven te halen. Daarom vroeg hij zijn bezoekers dichterbij te komen.

'Kijk eens in de waterput. Wat zien jullie daar?'

Ze keken in de diepte, maar zagen niets.

Korte tijd later zei de monnik: 'Kijk nu nog eens naar beneden'.

Opnieuw bogen de bezoekers zich over de rand van de waterput.

'Wat zien jullie nu?', vroeg hij.

'Nu zien we onszelf; was het antwoord.

Daarop zei de monnik: 'Omdat ik daarpas water uit de put haalde, was het wateroppervlak onrustig en vol golvingen, maar nu is het rustig geworden.

Dat is wat de stilte ons doet: je wordt rustig, je wordt zacht en beheerst en je ziet jezelf. En als je jezelf kunt beheersen en je rustig en zacht wordt, dan zie je alles met andere ogen.

Ik wens jullie stilte toe en rust zodat jullie de kleurrijke herfst met andere ogen mogen zien. Geniet ervan!

Veerle, jullie pastor

Normaal gezien vond je op de volgende pagina's in onze huiskrant teksten van Jean Roelants (CH). Ik weet van velen dat ze naar deze teksten uitkeken en fijn vonden om deze te lezen. Zoals je verder zal lezen is Jean overleden. Zijn teksten heeft hij meegenomen.

Vieringen in september

Woensdag 3 september 2025 10u30 Eucharistieviering

Woensdag 10 september 2025 10u30 Gebedsdienst

Zondag 14 september 2025 10-11u Communiebedeling

Woensdag 17 september 2025 10u30 Gebedsdienst

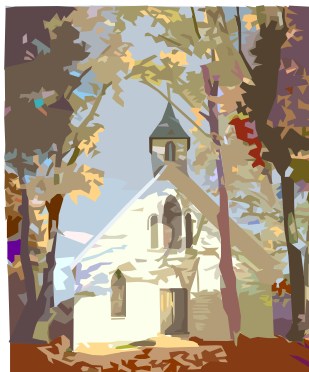
Woensdag 24 september 2025 10u30 Gebedsdienst

Zondag 28 september 2025 10-11u Communiebedeling

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!



Boekenrubriek

Michael Connelly

Volgende boeken van deze auteur hebben wij momenteel
beschikbaar in onze bibliotheek:

Het laatste oordeel, dedective, grootletterboek

Na twee donkere jaren is advocaat Mickey Haller weer in de rechtbank te vinden. Als zijn collega wordt vermoord, erft hij al diens cliënten, onder wie een filmproducent die ervan beschuldigd wordt zijn vrouw en haar minnaar te hebben vermoord. Terwijl hij zich in deze zaak verdiept, lijkt het erop dat hij zelf ook dreigt vermoord te worden. Het gevaar komt zeer dichtbij. Er zit maar één ding op: samenwerken met rechercheur Harry Bosch.

Slotakkoord, dedective, grootletterboek

Harry Bosch wordt gevraagd terug te keren naar de Los Angeles Police Departement. Hij moet er onopgeloste zaken proberen op te lossen. De eerste zaak blijkt politiek gevoelig te liggen. Racisme speelt zeker mee. Waarom was het politieonderzoek destijds zo slordig? Was dit opzet of het resultaat van diensten die elkaar tegenwerken?

Blind vertrouwen, dedective, grootletterboek

Het levenloze lichaam van doctor Stanley Kent wordt gevonden. Harry Bosch onderzoekt deze zaak en komt tot de vaststelling dat Kent toegang had tot vrijwel de gehele voorraad radioactieve stoffen van de ziekenhuizen in Los Angeles, en dat daaruit kort geleden een grote hoeveelheid dodelijk materiaal is verdwenen. Wat aanvankelijk een routineonderzoek lijkt, blijkt plotseling een belangrijke en vooral urgente kwestie. De nationale veiligheid is in het gedrang.

Groepsactiviteiten

Het programma kan hier en daar nog veranderen. Kijk daarom zeker even het weekoverzicht na op jullie afdeling!

Maandag 1 september

Tijd	Activiteit	Locatie
NM	 De boekenkar komt langs	
13u30	 Kaarten	Cafetaria
14u00	  Wandeling	Hoofdingang
14u30	 Zangnamiddag	Leefruimte Tommenmolen

Dinsdag 2 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u30	 Geheugentraining groep 1	Bibliotheek
14u00	 Filosofische kring	Bibliotheek
14u30	 Reminiscentie	Leefruimte Liermolen
14u30	 Quiz	Leefruimte Charleroyhoeve
14u30	 Bewegingsactiviteit	Leefruimte Guldendal

Woensdag 3 september

Tijd	Activiteit	Locatie
13u00	Groepsvalidation voor bewoners van Prinsenbos	Bibliotheek
14u30	Groepsvalidation voor bewoners van Liermolen	Bibliotheek
14u30	 Muziekatelier	Leefruimte Guldendal
14u30	 Bodding maken	Leefruimte Charleroyhoeve

Donderdag 4 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Praatuur	Leefruimte Guldendal
10u00	 Soep bereiden	Leefruimte Rijkenhoek
10u00	 Soep bereiden	Leefruimte Liermolen
10u30	 Geheugentraining groep 2	Zaal Jordaens
NM	 De rijdende winkel komt langs op alle afdelingen	
14u30	 Zangnamiddag	Leefruimte Prinsenbos
14u30	 Rad van Fortuin	Leefruimte Liermolen
14u30	 Woordenraadsel	Leefruimte Tommenmolen

Vrijdag 5 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u15	 Muziekatelier	Leefruimte Rijkenhoek
14u30	  Zittunen	Leefruimte Prinsenbos
14u30	 Theekransje	Leefruimte Liermolen
14u30	 Filmnamiddag	Leefruimte Tommenmolen

Maandag 8 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Volledige maaltijd voor bewoners van Prinsenbos	Leefruimte Rijkenhoek
10u30	 Geheugentraining groep 1	Bibliotheek
NM	 De boekenkar komt langs	
13u30	 Kaarten	Cafetaria
14u00	 Wandeling langs kermis	Hoofdingang
14u30	 Zangnamiddag	Leefruimte Guldendal
14u30	 Bewegingsactiviteit	Leefruimte Tommenmolen

Dinsdag 9 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Soep bereiden	Leefruimte Guldendal
10u30	 Geheugentraining groep 2	Zaal Jordaens
10u30	 Geheugentraining groep 3	Bibliotheek
14u30	 Reminiscentie	Zithoek Liermolen
14u30	 Koor	Kapel
14u30	Snoezelen	Leefruimte Guldendal

Woensdag 10 september

Tijd	Activiteit	Locatie
12u	Frietkraam voor bewoners van Liermolen, Guldendal en Prinsenbos	Hoofdingang
13u30	 Handwerknamiddag	Ergolokaal
14u30	 Cijfer gooien	Leefruimte Tommenmolen

Donderdag 11 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Praatuur	Leefruimte Guldendal
10u00	  Soep bereiden	Leefruimte Rijkenhoek
10u00	  Soep bereiden	Leefruimte Liermolen
10u30	 Geheugentraining groep 2	Zaal Jordaens
13u30	 CREA namiddag	Cafetaria
14u30	   Yoga	Leefruimte Guldendal
14u30	   Zitturnen	Leefruimte Prinsenbos
14u30	   Zitturnen	Leefruimte Liermolen

Vrijdag 12 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u15	 Muziekatelier	Leefruimte Rijkenhoek
14u30	 Kleurplaten voor volwassenen	Leefruimte Guldendal
14u30	 Scrabbel	Leefruimte Charleroyhoeve

Zaterdag 13 september

Tijd	Activiteit	Locatie
14u	 Mechels Seniorenorkest	Cafetaria of hoofdingang

Maandag 15 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Volledige maaltijd voor bewoners van Guldendal	Leefruimte Rijkenhoek
10u30	 Geheugentraining groep 1	Bibliotheek
NM	 De boekenkar komt langs	
13u30	 Kaarten	Cafetaria
14u00	 Wandeling	Hoofdingang

Dinsdag 16 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u30	 Geheugentraining groep 2	Zaal Jordaens
10u30	 Geheugentraining groep 3	Bibliotheek
14u30	 Reminiscentie	Zithoek Liermolen
14u30	 Koor	Kapel
14u30	 Muziekatelier	Leefruimte Prinsenbos
14u30	 Gezelschapsspelen	Leefruimte Charleroyhoeve
14u30	 BeleefTV	Leefruimte Guldendal

Woensdag 17 september

Tijd	Activiteit	Locatie
12u	Frietkraam voor bewoners van Rijkenhoek, Tommenmolen, Charleroyhoeve	Hoofdingang
13u30	Huppeldepup: kleine boerderijdieren op bezoek 	Leefruimte Guldendal
15u00	Huppeldepup: kleine boerderijdieren op bezoek 	Leefruimte Prinsenbos
14u30	 Zitturnen	Leefruimte Tommenmolen

Donderdag 18 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Praatuur	Leefruimte Guldendal
10u00	  Soep bereiden	Leefruimte Rijkenhoek
10u00	  Soep bereiden	Leefruimte Liermolen
10u30	 Geheugentraining groep 2	Zaal Jordaens
NM	 De rijdende winkel komt langs op alle afdelingen	
14u30	 Zangnamiddag	Leefruimte Prinsenbos
14u30	 Blokkenquiz	Leefruimte Tommenmolen

Vrijdag 19 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Krantenuur	Zithoek Prinsenbos
10u15	 Muziekatelier	Leefruimte Rijkenhoek
13u30	Huppeldepup: kleine boerderijdieren op bezoek  	Leefruimte Liermolen
15u00	Huppeldepup: kleine boerderijdieren op bezoek  	Leefruimte Tommenmolen

Maandag 22 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u30	 Geheugentraining groep 1	Bibliotheek
NM	 De boekenkar komt langs	
13u30	 Kaarten	Cafetaria
14u00	   Hondenwandeling	Hoofdingang
13u30	 Smoutebollennamiddag	Leefruimte Tommenmolen

Dinsdag 23 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	  Soep bereiden	Leefruimte Guldendal
10u30	 Geheugentraining groep 3	Bibliotheek
13u30	 Smoutebollennamiddag	Leefruimte Liermolen
13u30	 Smoutebollennamiddag	Leefruimte Charleroyhoeve
14u30	 Herfststukje maken	Leefruimte Guldendal

Woensdag 24 september

Tijd	Activiteit	Locatie
13u00	Groepsvalidation voor bewoners van Prinsenbos	Bibliotheek
14u30	Groepsvalidation voor bewoners van Liermolen	Bibliotheek
13u30	 Handwerknamiddag	Ergolokaal
14u30	  Cake Pops: desserten maken	Leefruimte Charleroyhoeve

Donderdag 25 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Praatuur	Leefruimte Guldendal
10u00	  Soep bereiden	Leefruimte Rijkenhoek
10u00	  Soep bereiden	Leefruimte Liermolen
14u30	   Yoga	Leefruimte Guldendal
14u30	   Zittunen	Leefruimte Liermolen

Vrijdag 26 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Krantenuur	Zithoek Prinsenbos
10u15	 Muziekatelier	Leefruimte Rijkenhoek
14u30	Livestream Benefietconcert voor Wereld Alzheimerdag	Cafetaria

Maandag 29 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Volledige maaltijd voor bewoners van Prinsenbos	Leefruimte Rijkenhoek
10u30	 Geheugentraining groep 1	Bibliotheek
NM	 De boekenkar komt langs	
13u30	 Kaarten	Cafetaria
14u00	 Wandeling	Hoofdingang
14u30	 Zangnamiddag	Leefruimte Charleroyhoeve
14u30	 Herfststukje maken	Leefruimte Tommenmolen

Dinsdag 30 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u30	 Bewegingsactiviteiten	Cafetaria
10u30	 Geheugentraining groep 2	Zaal Jordaens
10u30	 Geheugentraining groep 3	Bibliotheek
14u30	 Reminiscentie	Zithoek Liermolen
14u30	 Koor	Kapel
14u30	 Muziekatelier	Leefruimte Prinsenbos
14u30	 Verjaardagsfeest. Bewoners die in september verjaren zijn van harte uitgenodigd	Zaal Rubens

RECEPTEN INZAMELING

DE SCHORT VAN MIJN OMA



WE HEBBEN GROOT NIEUWS!

WIJ HEBBEN ONS INGESCHREVEN OM DEEL TE NEMEN AAN **HET PROJECT 'DE SCHORT VAN MIJN OMA'**.

EEN PROJECT DAT GAAT OVER DE SMAAK VAN VROEGER, ONZE FAMILIALE GEWOONTES EN ONZE CULTUUR IN COMBINATIE MET JULLIE HERINNERINGEN.

HET IS EEN PROJECT VÓÓR ONS EN DÓÓR ONS EN DAAROM HEBBEN WE JULLIE HULP NODIG.

HEB JIJ EEN LIEVELINGSRECEPT?

HEBBEN JULLIE EEN FAMILIERECEPT VAN VROEGER, EEN RECEPT TYPISCH VOOR ONZE REGIO, DAT ZEKER NIET VERLOREN MAG GAAN?
DAN WILLEN WE DIE RECEPTEN GRAAG HELPEN TE BEWAREN!

WAT WIL DE SCHORT VAN MIJN OMA DOEN?

IN DIVERSE WOONZORGCENTRA IN VLAAMS BRABANT VERZAMELEN WE GELIJKTIJDIG LEUKE HERINNERINGEN EN RECEPTEN VAN VROEGER IN.

VAN AL DEZE RECEPTEN EN HERINNERINGEN ZAL EEN MOOI BOEK GEMAAKT WORDEN, EEN VERZAMELD WERK, WAAR OOK ONS WOONZORGCENTRUM EEN PLEKJE IN KRIJGT.

GEDURENDE ENKELE WEKEN VERZAMELEN WE AL JULLIE RECEPTEN EN HERINNERINGEN. IN DEZE PERIODE ZULLEN ER OOK LEUKE ACTIVITEITEN GEORGANISEERD WORDEN BINNEN DIT THEMA.

BRENG JOUW RECEPT, FOTO OF/EN HERINNERING BINNEN BIJ TEAM LEVEN EN WIJ GAAN VOOR JOU AAN DE SLAG.



Kermis Jaarmarkt

6, 7 & 8 september

WELKOM



Zaterdag 6 september

9.30 u.:

- Jaarmarkt & kermis
- Prijskampen paarden, pony's, shetlanders, ezels, hoornvee en pluimvee
- Provinciale prijskampen Fjorden, vleeschapen
- Wedstrijden stamboekgeiten en melkschapen
- Tentoonstelling: Vlaamse Hobbyfokkers van geiten en schapen
- Tentoonstelling: Kleinveevereniging "Willen is kunnen"
- Koopjesmarkt

10 u.:

- **Het MOT (tot 13 u.)**
Gevarieerde activiteiten voor kinderen
Locatie: Guldendal
- **Demo hondenbrigade door de politie (tot 13.30 u.)**
- **Stand 10 Gp CIS ter promotie van Defensie (tot 13.30 u.)**
- **Kids@Jaarmarkt (tot 13.30 u.)**
Doorlopend kindergrime, animatie, workshops, knutselstands, springkastelen en nog zoveel meer ...
Locatie: voetbalveld Prinsenbos

13 u.:

Belaardrecital

18 u.:

Stratenloop

Georganiseerd door
Atletiekclub Grimbergen

Zondag 7 september

14 u.:

Kermis

Maandag 8 september

15 u.:

Kermis

NL

NL

NL

NL

Meer info op
www.taaliconen.be
© Huis van het Nederlands Brussel



Met medewerking van de hulpdiensten Rode Kruis Grimbergen

Indien u een rolstoel nodig heeft om met uw familielid naar de jaarmarkt of kermis te gaan, mogen jullie dit melden bij de dienst kine.

Op maandag 8 september zal onze wekelijkse wandeling bij mooi weer ons langs de kermis leiden. Indien u wil aansluiten met uw familielid, gelieve dit door te geven aan de dienst ergo.



Mechels Seniorenorkest

Zaterdag 13 september
14u30

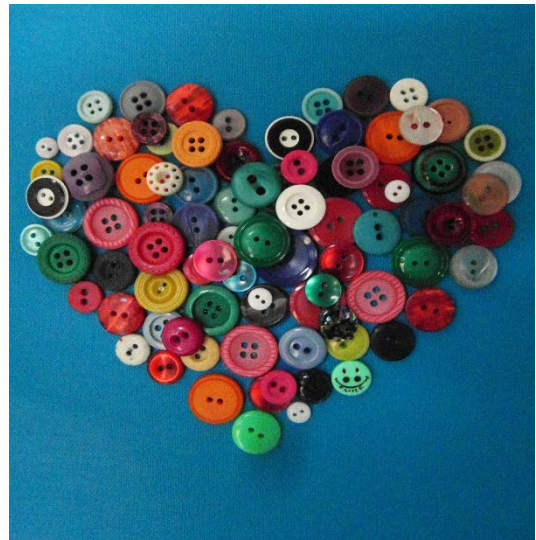


WZC Heilig Hart



Wist je dat ...

... er op **dinsdag 2 september**
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 2 september om
14u in zaal
Jordaens!**



**Kapster Vera is met
verlof van dinsdag
16 september tot en
met vrijdag
26 september.**



Gouwe Ouwe

Hallo iedereen,

De zomer is weldra voorbij, aan alle mooie liedjes komt een eind. We kijken terug op een periode van zon, lange dagen en veel plezier maken. Ik heb voor deze editie van Gouwe Ouwe gekozen voor een lied dat die melancholiek in zijn tekst draagt. Niet zozeer hetzelfde thema, maar wel het gevoel is hetzelfde in het volgende liedje:

Zeven anjers, zeven rozen – Willy Sommers

Willy Sommers – artiestennaam van Willy Jeanne Jean De Gieter – is een Belgische zanger die in 1952 geboren werd in Ukkel. Hij volgde notenleer, piano en saxofoon in de muziekacademie van Anderlecht.

Zijn muzikale carrière begon eind jaren '60, wanneer Willy leadzanger wordt van een coverband (The Yeats). Op kerstavond van 1970 mag hij optreden in Halle en wordt daar opgemerkt door muziekproducer Roland Verlooven die toevallig in het publiek staat. Verlooven is op dat moment aan het zoeken naar een nieuw Vlaams tieneridool en gelooft in het muzikale talent van De Gieter. Hij wordt diezelfde avond nog uitgenodigd door Verlooven voor een auditie in Brussel.

Na zijn auditie brengt Willy Sommers, die voortaan zo als artiest door het leven zou gaan, een eerste solo-single uit die meteen aanslaat. In hetzelfde jaar 1971 brengt hij een tweede single uit die zijn doorbraak helemaal absoluut maakt: ***Zeven anjers, zeven rozen***. Hij zou meer dan 100.000 plaatjes in Vlaanderen verkopen en wekenlang op nummer één staan in de hitparade. De hele jaren '70 zou hij één van de meest populaire zangers zijn. Hij beleeft hoogdagen tot ver in de jaren '80.

In 1989 zou de opstart van de VTM een belangrijke gebeurtenis blijken voor het verdere verloop van de carrière van Willy Sommers. Hij begon met het presenteren van *10 om te zien*. Dit zou hem naast zanger ook voor altijd als presentator in ons collectief geheugen griffen.

Op de volgende bladzijde vind je de tekst van zijn bekendste hit!

Tot volgende editie,

Thiebout

(Willy Sommers, 1971)



Zeven anjers, zeven rozen

Zeven anjers, zeven rozen

Een bruidsboeket voor jou

Zeven anjers, zeven rozen

Heb ik heel speciaal gekozen

Ik die zoveel van je hou

Veertien bloemen, veertien maanden

De mooiste uit ons bestaan

Veertien bloemen als die maanden

Die wij zonder einde waanden

Maar toch ben jij weg gegaan

Je zal nu trouwen met een andere man

Toch weet ik dat je niet vergeten kan

Hoe we hielden van elkaar

't Sprookje werd helaas nooit waar

't Duurde iets meer dan een jaar

Refrein:

Zeven anjers, zeven rozen

Je straalt van vreugde en je lacht

Misschien heeft hij je nu 't geluk gebracht

Maar denk je nog aan mij

De herinnering blijft je bij

Maar die tijd is toch voorbij

Refrein:

Zeven anjers, zeven rozen



Focus op dementie

Zondag 21 september is het Werelddag Dementie.

Belangrijk om stil te staan bij wat dementie betekent voor personen met dementie en hun nabije omgeving.

Er is een grote impact.

In het wzc willen we alle mogelijkheden bieden om onze bewoners met dementie op alle vlakken een goed welbevinden te bieden. Het wzc moet een veilige plek zijn waar ze houvast vinden, waar herkenbaarheid is en waar ze met veel respect benaderd worden. We willen elke dag zoeken naar hoe we dit, rekening houdend met onze context, zo goed mogelijk kunnen realiseren. Mantelzorgers, familie en vrienden houden we graag dichtbij. Samen met de medewerkers in huis is het onze gedeelde zorg om onze bewoners met dementie een warme thuis te bieden.

Aandacht hebben voor hoe het gaat met de persoon met dementie is heel belangrijk, maar het is even belangrijk om ook te luisteren naar en te zorgen voor de mantelzorgers van een persoon met dementie. Het is voor hen een zich continu aanpassen aan en het leren omgaan met een veranderende persoon en situatie. Het is zoeken naar kansen en mogelijkheden en ondertussen uitdagingen het hoofd bieden. Dat vraagt veel.

In het kader van Werelddag Dementie verwelkomen we deze maand opnieuw Zorgboerderij Huppeldepup – uit ervaring weten we dat het contact met dieren voor veel bewoners deugddoend is. De herkenbaarheid, de speelsheid, het aaien, de zorg, het kijken naar... we zien bewoners op deze dag echt genieten.

Op vrijdag 26 september is er de uitzending van het benefietconcert dat georganiseerd wordt door zangeres Mireille Vaessen. Dit concert vindt plaats op 21 september in Arenberg ten voordele van mensen met dementie. Verschillende artiesten die een persoonlijke band

hebben met het thema dementie treden er op. Zo brengen, onder andere, Liliane Saint-Pierre, Kommil Foo en Warre Borgmans een gevarieerd muzikaal programma dat begeleid wordt door de band The Moonlovers.

Het thema van de Werelddag Dementie is dit jaar 'Samen Muziek Maken'. Het is algemeen bekend dat muziek voor mensen met dementie een belangrijke rol speelt. Melodieën en songteksten kunnen herinneringen oproepen. Muziek is emotie en het creëert verbondenheid. Muziek is communicatie.

Meer informatie over dit benefietconcert kan je vinden via deze link:

<https://www.cultuurconnect.be/nieuws/stream-benefietconcert-gratis-voor-wereld-alzheimerdag>



Vrijwillig en met Liefde

Onze oprechte deelneming bij het verlies van Marleen.

Alle vrijwilligers
voelen mee
met personeel
en bewoners
op Liermolen.
STERKTE!



Lichaamsbeweging

Fietsen voor lichaam én geest: de kracht van beweging op wielen in ons woonzorgcentrum

In ons woonzorgcentrum wordt steeds vaker gebruik gemaakt van verschillende vormen van fietsen — van beeldfietsen tot de duofiets en de duomobiel. En dat is niet zomaar: fietsen, zowel actief als passief, heeft een heleboel positieve effecten op het welzijn van ouderen.

Motomed met fietslabyrinth:

Op de afdeling kine kan er gefietst worden op een aangepaste hometrainer voor rolstoelgebonden bewoners in combinatie met beelden uit meer dan 700 steden.



Duofiets en rolstoelfiets:

De duofiets is een speciale tandem met drie wielen. Bij deze fiets zit je naast elkaar en heb je de keuze om actief, activopassief of passief mee te fietsen. Met de rolstoelfiets wordt er voor jou gefietst terwijl je vanuit jouw rolstoel kan genieten van de buitenlucht en het landschap.



Duomobiél Aimé

Onze laatste nieuwe aanwinst **met dank aan Bart Verhaeghe**, is onze duomobiél die in de maand september te vinden zal zijn aan de hoofdingang. De Aimé Duomobiél is een duo-fiets die beweging met muziek combineert: een leuk liedje uit de tijd van toen of muziek van een zelf gekozen playlist.

Een begeleider / familielid / bezoeker neemt de bewoner mee in de draaiende beweging van de pedalen.

De Aimé Duomobiél 'speelt muziek' wanneer hij een fietsbeweging detecteert. Zo wordt samen fietsen een nieuwe vorm van communicatie die zorgt voor verbondenheid. (standaard geleverd met een aantal liedjes maar eenvoudig uit te breiden met eigen muziek of betekenisvolle muziek van de gebruikers - koppelen via bluetooth aan externe muziekbron (spotify, apple music) - playlist op USB stick)



Fietsen is méér dan beweging

Voor veel bewoners is fietsen een herinnering aan vroeger: fietsen naar school, naar het werk, of een uitstapje in het weekend. Dankzij nieuwe hulpmiddelen kunnen ook bewoners die minder mobiel zijn, toch opnieuw het gevoel van fietsen ervaren. Of dat nu met begeleiding is op een duofiets/rolstoelfiets, via een bewegingsmomentje met de duomobiel of tijdens een sessie beeldfietsen voor het scherm — het brengt letterlijk en figuurlijk iets in beweging.

De voordelen van fietsen voor ouderen

Of het nu actief (zelf trappen) of passief (meetrappen of rijden) gebeurt, fietsen heeft tal van voordelen:

Beweging voor het lichaam: Spieren en gewrichten worden geactiveerd, wat bijdraagt aan een betere mobiliteit en balans.

Goede doorbloeding: De bloedsomloop wordt gestimuleerd, wat goed is voor het hart en de algemene gezondheid.

Vermindering van stress en onrust: Regelmatig fietsen heeft een kalmerend effect en kan helpen bij het verminderen van onrust of sombere gevoelens.

Stimulatie van het geheugen: Vooral bij beeldfietsen — waarbij bewoners op een scherm bekende omgevingen of mooie landschappen zien — worden herinneringen opgehaald en verhalen gedeeld.

Sociale verbondenheid: Samen fietsen, zoals met de duofiets of de duomobiel, versterkt het contact met begeleiders, vrijwilligers of medebewoners.

Fietsen, in al zijn vormen, draagt bij aan het welzijn van onze bewoners. Het biedt structuur, plezier, beweging én verbondenheid. Daarom zetten we in ons woonzorgcentrum graag verder in op deze fijne initiatieven.

Heeft u interesse om eens mee te **fietsen** — actief of passief? Laat het ons gerust weten! In de maand **september** zal onze **bewegingsactiviteit** vooral gericht zijn op het individueel gebruik van deze hulpmiddelen. Samen zorgen we ervoor dat iedereen, op zijn of haar manier, in beweging blijft.

Oefeningen:

Strek je armen recht voor je uit. Houd de rekker vast op schouderbreedte. Trek de rekker 3x20 herhalingen met jouw beide handen met gestrekte armen naar buiten toe en terug.



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:



ONTSPANNING EN WELZIJN VOOR UW VOETEN MAAK KENNIS MET



VOETREFLEXOLOGIE

Wat is voetreflexologie?

Voetreflexologie is een ontspannende en natuurlijke behandelmethode waarbij druk wordt uitgeoefend op specifieke zones van uw voeten. Deze zones staan in verbinding met verschillende organen en systemen in uw lichaam. Het doel? Het bevorderen van ontspanning, het stimuleren van uw gezondheid en het verminderen van stress of ongemak.

Voor wie is dit geschikt?

Het is geschikt voor iedereen die op zoek is naar ontspanning of verlichting bij bepaalde klachten, zoals angst, stress, vermoeidheid,...

Praktisch?

De sessies worden aangeboden in het WZC door een ervaren reflexoloog. De duur van een sessie is ongeveer 45min -60 min.

Interesse?

Heeft u interesse en wil u eens **een gratis sessie** ondergaan? Meldt u zich dan bij de dienst kine. Zij helpen u graag verder met een afspraak bij Danie.

Geniet van voetreflex



Danie van Ki-Namasté

Uit de dromendoos ...

In de dromendoos die op de afdeling staat, had ik mijn wens gedeponeerde. Mijn wens was om in het Paleis voor Schone Kunsten in Brussel een concert van klassieke muziek bij te wonen.

De Stad Brussel organiseert regelmatig namiddagen van klassieke muziek, in de statige Sint Katelijnekerk, die bekend staat om haar uitstekende akoestische klanken.

Door de hulp van Pastor Veerle en haar partner Erik die voor vervoer zorgden, beiden ook liefhebbers van klassieke muziek, kon mijn droom tot uiting komen. In juli kon ik een concert bijwonen in deze prachtige omgeving. Pastor Veerle had ons voorzien van uitstekende plaatsen om van het concert te genieten.

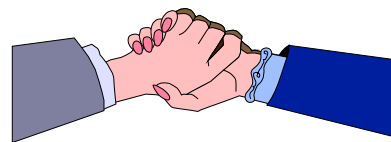
Er waren uitvoeringen van Vivaldi (de vier seizoenen), Schubert (Ave Maria), Beethoven (5^{de} symfonie), Mozart (Requiem), Pachelbel (Ave Maria), ... Het werd uitgevoerd door een kamerorkest met 8 violen met 1 vioolsolist en 2 solisten zang. Het was een namiddag vol hemelse muziek zoals ik er van had gedroomd. Ik heb kunnen genieten van fragmenten van de allermooiste klassieke muziek.

Ik ben het WZC Heilig Hart erg dankbaar voor het project van de dromendoos en kan pastor Veerle niet genoeg danken om de kans te creëren mijn droom waar te maken.

Jef Hellinckx

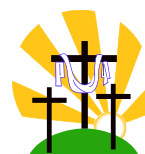
Om nog verschillende dromen van andere bewoners te kunnen realiseren, zoeken we voortdurend naar de match tussen de dromen van bewoners en personen met dezelfde interesses en/of bereidwilligheid om bepaalde dromen waar te maken. Er komt hiervoor binnenkort een prikbord in de inkomhal waarop men de dromen van onze bewoners kan verkennen en men zich kan opgeven om deze mee te helpen realiseren.

Nieuwe bewoners



Bewoner	Afdeling	Komt uit gemeente:
VAN REMOORTERE Claude	TOMMENMOLEN	WOLVERTEM
SANDERS Rosette	TOMMENMOLEN	WOLVERTEM
ROLLY Jos	LIERMOLEN	VILVOORDE
FEYEN Anna	RIJKENHOEK	VILVOORDE
DE SMEDT Jeanne	RIJKENHOEK	GRIMBERGEN
ELPERS Julia	LIERMOLEN	MERCHTEM
HUYBERECHTS Florence	LIERMOLEN	ELEWIJT
MACHARIS Jeannine	GULDENDAL	MEISE

Zijn van ons heengegaan



31/07/2025	ROELANTS Jan	CHARLEROYHOEVE
17/08/2025	VAN CAPPELLEN Maria	LIERMOLEN
19/08/2025	SCHOEVAERTS Irena	PRINSENBOS
21/08/2025	WIJNS Germaine	PRINSENBOS

Verjaardagen bewoners

DE GENDT Bertha	Tommenmolen	03/09/1931	94
D'HONDT Simonne	Prinsenbos	04/09/1934	91
BOGEMANS Maria	Tommenmolen	04/09/1935	90
VAN BUGGENHOUT Maria	Charleroyhoeve	06/09/1932	93
DE MUYNCK Jacqueline	Tommenmolen	06/09/1933	92
VAN CAPPELLEN Marie-Jeanne	Charleroyhoeve	07/09/1932	93
QUINTENS Eric	Tommenmolen	10/09/1933	92
SELLESLAGH Mariëtte	Guldendal	10/09/1928	97
BARBE Yvonne	Charleroyhoeve	13/09/1945	80
VAN GINDERACHTER Jeanne	Charleroyhoeve	15/09/1936	89
MOLENAERS Madeleine	Prinsenbos	19/09/1935	90
VAN SEGHBROECK Angèle	Liermolen	21/09/1932	93
LEYDER Marika	Guldendal	21/09/1943	82
STEENACKERS Flor	Rijkenhoek	21/09/1931	94
MONSAERT Monique	Guldendal	22/09/1941	84
VERHASSELT Ghislaine	Guldendal	24/09/1936	89
COPPIETERS Willem	Guldendal	24/09/1936	89
VAN DER ZWALMEN Jos	Tommenmolen	28/09/1931	94
BONNEUX Ernest	Guldendal	29/09/1929	96

Huwelijksverjaardagen bewoners

Dhr. en Mw. MERTENS - Sabels afdeling Prinsenbos	01/09/1959	66
Dhr. en Mw. ROBYNS - SIEBENS afdeling Liermolen	02/09/1953	72
Dhr. en Mw. Verdickt - DELDICQ afdeling Liermolen	08/09/1990	35
Dhr. en Mw. Bollen - MOLENAERS afdeling Prinsenbos	10/09/1958	67
Dhr. en Mw. HOFMANS - VAN GERWEN afdeling Guldendal	26/09/1959	66

Verjaardagen personeel

BUFFEL Freya	TOMMENMOLEN	02/09/1974	51
DE VIS Sonja	ADMINISTRATIE	03/09/1965	60
ALAHYANE Habiba	PRINSENBOS	06/09/1970	55
HIPOL Patrick	CHARLEROYHOEVE	08/09/1981	44
CLAES Hilde	KEUKEN	10/09/1969	56
VAN STEENWINCKEL Linda	ADMINISTRATIE	22/09/1962	63
DANEELS Myriam	ADMINISTRATIE	23/09/1960	65
HIPOL Glenda	PRINSENBOS	26/09/1983	42
VANDEN EYNDE Debora	TEAM LEVEN	28/09/1988	37

Menu

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 01 SEPT 2025	Verloren brood	Bloemkoolsoep Boomstammetje Spinazie in room Aardappelen Rijstpap	Kip Curry Koekje
DINSDAG 02 SEPT 2025	Verloren brood	Courgettesoep Kipbrochette Currysaus/Ananas Groenterijst IJsje	Tomaat mozarella Fruit
WOENSDAG 03 SEPT 2025	Platte kaas	Minestrone Steak tartaar Frieten Fruit	Smeerpaté Café Liégeoise
DONDERDAG 04 SEPT 2025	Confituur	Broccoliroomsoep Gepaneerd kalkoenlapje Milanese saus Pasta Panna cotta	Smoske Fruit
VRIJDAG 05 SEPT 2025	Spek	Knolseldersoep Gebakken vis Boter citroensaus Preipuree Pudding	Leerdammer Verse kaas met fruit
ZATERDAG 06 SEPT 2025	Peperkoek	Wortelsoep Varkensgebraad Mosterdsaus Broccoli in witte saus Gebakken aardappelen IJsje	Mortadella Koekje
ZONDAG 07 SEPT 2025	Croissant	Tomatensoep Konijn met pruimen Tuinkers Kroketten Gebak	Chaumes Druiven

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 08 SEPT 2025	Eitje	Witloofsoep Chipolata Andijvie in witte saus Aardappelen Rijstpap	Vleessalade Koekje
DINSdag 09 SEPT 2025	Confituur	BroccolisoeP Cordon bleu Rauw witloof Gebakken aardappelen IJsje	Perzik met tonijn Fruit
WOENSDAG 10 SEPT 2025	Platte kaas	JuliennesoeP Stoofvlees Veldsla Frieten Fruitsalade	Salami Flan
DONDERDAG 11 SEPT 2025	Choco	GroentesoeP Kip zoetzure saus Groenterijst Sabayon	Haring Fruit
VRIJDAG 12 SEPT 2025	Spek	PreisoeP Gegratineerd vispannetje Groentepuree Pudding	Brugse kaas Fruitkaasje
ZATERDAG 13 SEPT 2025	Banaan	BrunoisesoeP Vogelnestje Tomatensaus Pasta IJsje	Parijse worst Cake
ZONDAG 14 SEPT 2025	Suikerbrood	Aspergeroomsoep Varkenswangetjes Warme peertjes Pomme duchessee Taart	Camembert Druiven

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 15 SEPT 2025	Omelet	Venkelsoep Kalfsworst Bloemkool in witte saus Peterselie Aardappelen Rijstpap	Americain Augurk/Ajuintjes Koekje
DINSDAG 16 SEPT 2025	Speculaaspasta	Minestrone soep Spaghetti bolognese Kaas IJsje	Feta slaatje Fruit
WOENSDAG 17 SEPT 2025	Platte kaas	Bloemkoolsoep Koninginnenhapje Gemengd slaatje Frieten Fruit	Vleesbrood Roomdessert
DONDERDAG 18 SEPT 2025	Chocolade	Vermicellisoep Kipfilet Ratatouille Pasta Griesmeelpudding	Tomaat mozzarella Fruit
VRIJDAG 19 SEPT 2025	Spek	Brunoise soep Fish Stick Tartaarsaus Andijviestoemp Pudding	Port Salut Petit suisse
ZATERDAG 20 SEPT 2025	Chocoladereep	Seldersoep Kalkoengebraad Currysous Ananas/Perzik Groenterijst IJsje	Smeerpaté Cake
ZONDAG 21 SEPT 2025	Torsade	Tomatensoep met balletjes Kalfsgebraad Erwten en wortelen Kroketten Gebak	Brie Druiven

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 22 SEPT 2025	Eitje	Paprikasoep Chipolata Spinazie in roomsaus Aardappelen Rijstpap	Krabsalade Koekje
DINSDAG 23 SEPT 2025	Honing	Broccolisoepe Slavink Rode kool met appeltjes Aardappelen Crème Mango	Macaroni met kaassaus en hesp Fruit
WOENSDAG 24 SEPT 2025	Platte kaas	Kippensoep Mosselen Friten Fruitcocktail	Kalkoenfilet Flan
DONDERDAG 25 SEPT 2025	Confituur	Erwtensoep/Korstjes Kalkoenschnitzel Broccoli in witte saus Aardappelen Tiramisu	Cervela met mosterd/ketchup Fruit
VRIJDAG 26 SEPT 2025	Spek	Tomatensoep Zalm gratino Béarnaise saus Spinaziepuree Pudding	Jonge Hollandse kaas Danio
ZATERDAG 27 SEPT 2025	Speculaas	Chinese soep met vermicelli Kippenreepjes Zoetzure saus Groenterijst IJsje	Americain Augurk/Ajuintjes Koekje
ZONDAG 28 SEPT 2025	Amandel- croissant	Aspergeroomsoep Varkensgebraad Blackwellsaus Boontjes Pomme duchessee Gebak	Wijnendaele Fruit

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 29 SEPT 2025	Omelet	Pompoensoep Chipolata Spruiten met spek Gebakken aardappelen Rijstpap	Eiersalade Koekje
DINSDAG 30 SEPT 2025	Confituur	Preiroomsoep Brochette Hawaïi Currysaus Perzik/Ananas Puree Chocoladecake	Worstenbroodje Fruit
WOENSDAG 01 OKT 2025	Platte kaas	Minestrone Hamburger Ajuinsaus Sla en tomaten Frietten Fruit	Gandaham Flan
DONDERDAG 02 OKT 2025	Choco	Witloofsoep Kip gevuld met ham en kaas Witte kool in witte saus Aardappelen Rijstgriesmeel	Slaatje Niçoise Koekje
VRIJDAG 03 OKT 2025	Ontbijtworstjes	Courgettesoep Gegratineerd vispannetje Peterseliepuree Pudding	Port Salut Verse kaas met fruit
ZATERDAG 04 OKT 2025	Peperkoek	Knolseldersoep Kippenbil Appelmoes Aardappelen IJsje	Salami Koekje
ZONDAG 05 OKT 2025	Twist koek	Aspergeroomsoep Lamsragout met fijne groentjes Gratin dauphinois Gebak	Chaumes Druiven

Denksport

Welke gemeente hoort niet thuis in dit rijtje?

1. Brugge - Gent - Keulen - Antwerpen
2. Luik - Namen - Aarlen - Bastogne
3. Bonheiden - Boom - Gooik - Begijnendijk
4. De Panne - Bredene - Nieuwpoort - Veurne
5. Borgt - Humbeek - Strombeek-Bever - Beigem
6. Leuven - Dendermonde - Charleroi - Genk
7. Buggenhout - Merchtem - Kapelle Op Den Bos - Londerzeel
8. St Genesius Rode - St Lievens Houtem - St Pieters Leeuw - St Stevens Woluwe
9. Peer - Tremelo - Appels - Boom
10. Virton - Bouillon - Florenville - Durbuy
11. Roeselare - Oudenaarde - Ieper - Diksmuide
12. Westmalle - Chimay - Houffalize - Grimbergen
13. La Roche - Eupen - Bütgenbach - Sankt-Vith
14. Opglabbeek - Meerbeke - Holsbeek - Bierbeek
15. Bever - Mol - De Haan - Lier
16. Bree - Ham - Peer - Wortel
17. Schaarbeek - Wemmel - Elsene - Ukkel
18. Essen - Zandhoven - Hoogstraten - Wuustwezel
19. Middelkerke - Westerlo - Oostrozebeke - Zuidschote
20. Tongeren - Dendermonde - Scheldewindeke - Maasmechelen

Oplossing vorige opgave: Wat ben ik? Een fiets Waar ben ik? In het prinsenkasteel



Woon- en Zorgcentrum
Heilig Hart

reeds 125 jaar uw partner in zorg !