



WZC
Heilig Hart te
Grimbergen vzw

2026

Verantwoordelijke uitgever: Els Suys

September

De Huiskrant

ik GA NAAR SCHOOL



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: Thiebout Lalemant
- Focus op dementie: Stuurgroep Dementie/Validation WZC Heilig Hart
- Vrijwillig en met Liefde: Vrijwilligers
- 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 signaleerd worden.

Voorwoord

Beste bewoners, familieleden, medewerkers, vrijwilligers en vrienden

Augustus loopt stilaan op zijn einde en daarmee nemen we ook langzaam afscheid van de zomermaanden. Het was opnieuw een maand vol ontmoeting, muziek, beweging, creativiteit en vooral veel momenten van samen genieten. Na de tropische temperaturen van juli en augustus konden we gelukkig eind augustus opnieuw wat meer ademen en onze activiteiten verderzetten in een aangename zomerse sfeer. Als we terugblikken op augustus, kunnen we dan ook met veel plezier zeggen dat er opnieuw heel wat te beleven viel in en rond ons huis.

Augustus kreeg dit jaar een bijzonder **Spaans tintje**. We begonnen de maand meteen feestelijk met een flamencodansoptreden in onze cafetaria. Met muziek, dans en een glaasje sangria waanden we ons even in het zonnige zuiden. Maar daar bleef het niet bij. Het Spaanse thema liep als een rode draad doorheen heel wat activiteiten. Er werden Spaanse maaltijden bereid, we bewogen op Spaanse muziek, testten onze kennis tijdens verschillende quizen en babbeldenkspelen en zelfs tijdens de crea- en muziekmomenten kwam Spanje aan bod. Manuel nam ons bovendien mee tijdens een Spaanse les en op verschillende afdelingen werden Spaanse tapas geproefd. Zo hoefden we deze zomer niet noodzakelijk ver te reizen om toch een beetje vakantiegevoel in huis te halen.

Ook onze vertrouwde activiteiten bleven volop doorgaan. Er werd gewandeld, gezongen, gekaart, geknutseld en samen soep bereid. Onze bewoners konden deelnemen aan geheugentraining, cognitieve bordspelen, groepsvalidation, herinnering, yoga, zitturnen, muziek- en zangnamiddagen, filosofische kring, handwerk, volksspelen, bingo, boccia en nog zoveel meer. Het zijn stuk voor stuk activiteiten die niet alleen ontspanning bieden, maar ook ontmoeting stimuleren en ervoor zorgen dat er iedere dag iets te beleven valt.

Een van de heerlijke zomerse momenten was ongetwijfeld ons **ijssalon**. De cafetaria werd opnieuw omgetoverd tot een gezellig ijssalon waar bewoners konden genieten van lekkere ijscoupees. Een ijsje smaakt natuurlijk altijd, maar in de zomer nét dat beetje meer. Ook de High Tea, muzieklotto's, wandelingen en vele andere kleine activiteiten zorgden ervoor dat augustus een maand werd met heel wat afwisseling.

Een bijzonder woord van dank gaat deze maand ook naar de **studenten die ons tijdens de vakantieperiode ondersteunden**. Zij hielpen niet alleen mee in onze werking, maar maakten ook tijd voor een gesprek of een activiteit met onze bewoners. Het was mooi om te zien hoe jong en oud elkaar vonden en hoe er soms op korte tijd een warme band ontstond. Voor sommige jongeren was het

bovendien een eerste echte kennismaking met de ouderenzorg. Hopelijk hebben zij mogen ervaren hoe warm, menselijk en waardevol werken met ouderen kan zijn.

Ook op vlak van medewerkersbeleid mochten we in augustus een mooie erkenning ontvangen. WZC Heilig Hart ontving van UNIZO de trofee 'Welkom op onze diverse en inclusieve werkvloer' binnen het project 'Elk Talent aan Boord'. Deze erkenning zet ons onthaalbeleid voor nieuwe medewerkers in de kijker en bevestigt het belang dat we hechten aan een warme, inclusieve start voor iedereen die bij ons komt werken. Nieuwe collega's goed ontvangen, begeleiden en hen vanaf de eerste dag het gevoel geven dat ze deel uitmaken van ons team, vinden we bijzonder belangrijk. Want warme zorg voor onze bewoners begint ook bij medewerkers die zich welkom, gewaardeerd en ondersteund voelen. We zijn dan ook bijzonder trots op deze mooie erkenning!

En terwijl we afscheid nemen van augustus, kijken we alweer vooruit. **September wordt een bijzonder rijke maand**, waarin onze vertrouwde activiteiten worden aangevuld met een aantal initiatieven die extra aandacht verdienen.

September staat wereldwijd in het teken van **dementie**. Ook binnen WZC Heilig Hart willen we hier uitgebreid bij stilstaan. Niet alleen bij de persoon met dementie zelf, maar ook bij familieleden, mantelzorgers, vrienden, vrijwilligers en medewerkers die samen rondom die persoon staan. Dementie raakt immers nooit één persoon alleen. Daarom zetten we deze maand verschillende initiatieven in de kijker.

Op **7 september** komt de Familiegroep Dementie Grimbergen van Alzheimer Liga Vlaanderen samen in ons woonzorgcentrum. Familieleden krijgen er de mogelijkheid om ervaringen uit te wisselen en met elkaar in gesprek te gaan. Deze keer staat het omgaan met veranderend gedrag van een naaste met dementie centraal. Zulke ontmoetingen kunnen herkenning, steun en praktische handvatten bieden.

Op **14 september** zetten we onze maandelijkse hondenwandeling extra in de kijker. De aanwezigheid van de honden van medewerkers, familieleden en vrijwilligers zorgt telkens voor mooie reacties. Na de wandeling is er ook tijd om de dieren van dichtbij te ontmoeten en te aaien. Het contact tussen mens en dier kan zoveel losmaken: een glimlach, een herinnering, een gesprek of gewoon een rustig moment van nabijheid.

Op **22 september** opent ook het **Inloophuis Dementie Grimbergen** opnieuw zijn deuren in onze Health Hub. Elke vierde dinsdag van de maand kan iedereen die vragen heeft rond dementie of behoefte heeft aan een luisterend oor hier tussen 13.30 en 16.30 uur terecht. Professionele medewerkers en vrijwilligers staan klaar om bezoekers op een warme en laagdrempelige manier te ontvangen.

Daarmee krijgt onze Health Hub steeds verder vorm als een plaats waar niet alleen onze bewoners en families, maar ook mensen uit Grimbergen en omgeving terecht kunnen voor informatie, ondersteuning en ontmoeting.

Op **24 september** steken we letterlijk de handen uit de mouwen tijdens onze **wafelbak ten voordele van Stichting Alzheimer Onderzoek**. Vorig jaar was deze actie een groot succes en ook dit jaar hopen we samen met bewoners, medewerkers en vrijwilligers opnieuw heel wat heerlijke wafels te bakken. De zakjes wafels worden verkocht in onze cafetaria en de opbrengst gaat naar het goede doel. Lekker genieten én tegelijk bijdragen aan belangrijk onderzoek: mooier kan bijna niet.

En op **29 september** krijgen we bijzonder bezoek van **Zorgboerderij Huppeldepup**. Konijnen, kippen en misschien zelfs een groter knuffeldier komen naar ons woonzorgcentrum. Contact met dieren kan bijzonder waardevol zijn en brengt vaak spontaan rust, plezier en mooie herinneringen naar boven. We kijken alvast uit naar heel wat bijzondere ontmoetingen tussen onze bewoners en deze viervoetige en gevederde bezoekers.

Ook naast deze bijzondere momenten blijft september gevuld met onze vertrouwde activiteiten. Geheugentraining, groepsvalidation, reminiscentie, koor, muziekateliers, wandelingen, bewegingsactiviteiten, yoga, zittunen, handwerk, crea, praatuur, krantenuur, filosofische kring, kaarten en tal van groepsactiviteiten blijven deel uitmaken van onze dagelijkse werking. De bibliotheek is iedere dinsdagnamiddag geopend en ook onze rijdende winkel blijft langskomen op de afdelingen.

Op **1 september** is er bovendien opnieuw onze knoopjesdag. Onze vrijwilligsters staan klaar voor klein verstelwerk aan kleding van bewoners. Een knoopje aannaaien, een zoom herstellen of een ander klein verstelwerkje: ook dat zijn misschien kleine dingen, maar ze maken het dagelijkse leven nét wat aangenamer.

Ook onze rolstoelfiets blijft ter beschikking. Familieleden die graag samen met hun naaste een tochtje willen maken, kunnen hun interesse doorgeven aan de kinesithérapie. Nu de warmste zomerdagen achter ons liggen, hopen we nog heel wat mooie ritjes te kunnen maken en samen te genieten van de buitenlucht.

En we kijken zelfs al een beetje verder dan september. Op **13 oktober** organiseren we een bijzonder **Praatcafé Dementie** met VUB-professor neurologie **Sebastiaan Engelborghs** en journaliste **Barbara Ceuleers**, auteurs van het boek *Vergeet dementie*. Zij brengen een hoopvolle boodschap over wat we vandaag weten rond het uitstellen en mogelijk voorkomen van een deel van de toekomstige gevallen van dementie. Iedereen is welkom en de toegang is gratis. Daarnaast staat op **19 oktober** de seniorennamiddag van de gemeente

Grimbergen op het programma, waarvoor bewoners zich vooraf kunnen inschrijven.

Ook onze vrijwilligers en medewerkers blijven uiteraard de onmisbare schakels achter al deze initiatieven. Activiteiten organiseren, bewoners begeleiden, een luisterend oor bieden, familie ontvangen, uitstappen mogelijk maken of gewoon even tijd nemen voor een gesprek: het zijn al die kleine en grote gebaren samen die van ons huis een warme leefomgeving maken. Aan iedereen die daar elke dag opnieuw aan bijdraagt: **dankjewel**.

Daarnaast blijven ook onze **inspraakmomenten** een vaste waarde binnen onze werking. We vinden het belangrijk dat bewoners en familieleden hun stem kunnen laten horen en mee kunnen nadenken over het leven en de werking binnen WZC Heilig Hart.

Op **maandag 5 oktober 2026** ben je van harte welkom op de **IPIC-sessie**, gevolgd door de **Bewoners- en Familieraad** op **donderdag 15 oktober 2026**. Wil je als bewoner of familielid deelnemen, geef dit dan gerust door aan de hoofdverpleegkundige van jouw afdeling of aan het onthaal. Per afdeling nemen twee bewoners deel, begeleid door een medewerker of familielid.

Jouw stem telt, want samen maken we WZC Heilig Hart elke dag een beetje beter.

Wij zorgen hier voor jouw leven in WZC Heilig Hart. Dat blijft onze dagelijkse opdracht en ons grootste engagement.

We houden je graag op de hoogte via onze affiches, de huiskrant, sociale media, onze website én via het infokanaal aan het onthaal en het televisiekanaal op post 90 en vanaf september ook SALU, ons nieuw communicatieplatform.

Na een mooie zomer kijken we samen uit naar een nieuwe maand. Ik wens jullie allemaal een warme en gezellige september toe, met veel fijne ontmoetingen, mooie gesprekken en momenten om samen van te genieten.

Veel leesplezier en graag tot binnenkort!

Van harte,

Els Suys
Jullie directeur

Indexering dagprijzen vanaf 1 september 2026

Het Bestuursorgaan en de directie van onze vzw hebben, na overleg met de overheid, beslist om de dagprijs te verhogen vanaf 1 september 2026. Elk woonzorgcentrum mag de dagprijs koppelen aan de evolutie van spilindex. Deze mogelijkheid is ook omschreven in de overeenkomst die u met ons woonzorgcentrum hebt afgesloten. De dagprijzen zullen vanaf **1 september 2026** als volgt veranderen:

Type kamer/plaats	Huidige dagprijs per persoon	Verhogings-percentage	Nieuwe dagprijs per persoon	Toepassings-datum
Eénpersoonskamer (vast en kort verblijf)	€81,19	2,00%	€82,81	1/09/2026
Eénpersoonskamer Nieuwbouw Blok C	€ 94,77	2,00%	€96,67	1/09/2026
Infrastructuur forfaitkorting	-€6,43		-€6,43	
Nettoprijs	€88,34		€90,24	
Tweepersoonskamer gewoon	€73,29	2,00%	€74,76	1/09/2026
Tweepersoonskamer echtpaar (opname voor 2023)	€61,57	2,00%	€62,80	1/09/2026

Deze prijsaanpassingen zijn op de gebruikers- en bewonersraad van 16 juli 2026 toegelicht.

Wie meer uitleg wenst over deze beslissing kan mij contacteren op het nummer 02/300.55.40 of op het algemene nummer 02/270.19.00. U kan ook de volledig wetgeving nalezen op <https://www.departementzorg.be/nl/indexering-van-de-dagprijs-en-de-extra-vergoedingen>

Els Suys

Directeur

Thema van de maand

Oogsten

In september wordt er nog heel veel fruit en groenten geoogst. Het is de maand naar de herfst toe waarin de laatste vruchten nog volop zorgen voor lekkers in de kookpot of in de fruitschaal. Maar kunnen we ook op een andere manier oogsten van wat de afgelopen maanden door ons gezaaid is? Een glimlach, een bemoedigend woord, een schouderklop, een dankwoord gegeven aan een medemens doen soms wonderen. Probeer het maar eens uit. Ik wens je een goede oogst toe! 😊

Hierbij een leuk gedichtje.

Een rijke oogst

als wolken langs de wind
gaan buitelen met een vlakke onderkant
zullen bloemen snel hun harten sluiten

dan strakt de nachtelijke kou
en houdt de ochtendmist
het veelbelovend blauw langdurig tegen

vogels groepen samen in grote getalen
bevolken bomen langs landelijke wegen
zwermen ter voorbereiding op de trek

nog kleurt een warme zon
het zomerrood tot rijpend rusten
belooft herfst ons een rijke oogst aan vruchten

- *wil melker*

Ter info:

Van 7 tot 11 september en van 21 tot 25 september geniet ik vakantie.

Veerle, jullie pastor

Vieringen in september

Woensdag 2 september 2026 10u30 Eucharistieviering

Woensdag 9 september 2026 10u30 Gebedsdienst

Zondag 13 september 2026 10-11u Communiebedeling

Woensdag 16 september 2026 10u30 Gebedsdienst

Woensdag 23 september 2026 10u30 Gebedsdienst

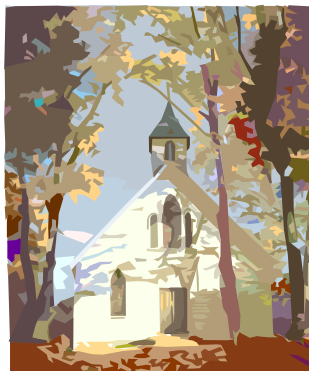
Zondag 27 september 2026 10-11u Communiebedeling

Woensdag 30 september 2026 10u30 Gebedsdienst

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

Anke de Graaf

Volgende streek- en liefdesromans van deze schrijfster hebben wij momenteel in onze bibliotheek:

Wat is de waarheid, grootletterdruk

Annemieke heeft haar draai gevonden in haar baan op een makelaarskantoor en ook de rest van haar leven ziet er zonnig uit. Dan ontmoet ze op een feestavond Markus. Maar er is iets mis met hem, al weet ze niet wat. Ze komt er achter als het al te laat is: Annemieke is ongewenst zwanger.

De smalle grens, grootletterdruk

Linda's leven laat niets te wensen over: ze heeft leuke vriendinnen, een toffe job en een vriend Jente van wie ze zielsveel houdt. Tot Jente sterft terwijl ze zijn kind draagt.

Verdwaald op eigen wegen, grootletterboek

Fieke en Chiel hebben een goed huwelijk en drie kinderen die reeds uit huis zijn. Er duiken problemen op in de relaties van hun kinderen. Wanneer Fieke dit bespreekt met haar man Chiel, komt er een waarheid aan het licht.

De kleuren van het nieuwe licht, grootletterboek

Het gaat opmerkelijk goed met het gezin van Bob en Marloes. Doch hun huwelijk komt onder zware druk te staan wanneer Marloes een boekhouder ontmoet. Deze laat de wereld van Marlies instorten.

Twee ringen op fluweel, grootletterboek

Corinne en Daniël trouwen en krijgen twee kinderen. Maar Corinne maakt zich zorgen: heeft ze niet een té perfect leven? Helaas krijgt Corinne gelijk. Er heerst tegenslag, en ze weet niet hoe hier mee om te gaan. Maar dan blijkt dat ze krachtiger is dan ze altijd had vermoed.

De weg naar Westhoek, grootletterboek

Sander zijn leven valt in duigen als zijn vriend Andries overlijdt. De vader van Andries beschuldigt hem, en zijn zusje wordt afstandelijk. Sander vertrekt uit de regio en besluit een nieuw leven op te bouwen. Hij ontmoet een ander meisje. Toch voert zijn levenspad hem terug.

**De bibliotheek is open:
elke dinsdagnamiddag tussen 13u en 16u.**

Groepsactiviteiten

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

Dinsdag 1 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u30	 Gezelschapsspelen	Leefruimte Charleroyhoeve
10u30	 Geheugentraining groep 3	Bibliotheek
NM	 Bibliotheek is open	
14u30	 Koor	Kapel
14u30	 Muziekatelier	Leefruimte Prinsenbos
14u30	 Reminiscentie	Zithoek Liermolen
14u30	 Rolbal	Leefruimte Guldendal

Woensdag 2 september

Tijd	Activiteit	Locatie
9u00	Uitstap markt met de ingeschreven bewoners	Hoofdingang
13u00	Groepsvalidation voor bewoners van Prinsenbos	Bibliotheek
14u30	Groepsvalidation voor bewoners van Guldendal	Bibliotheek
13u30	 Handwerknamiddag	Ergolokaal
14u30	 Kallidrom	Leefruimte Charleroyhoeve

Donderdag 3 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Soep bereiden	Leefruimte Rijkenhoek
10u00	 Soep bereiden	Leefruimte Liermolen
10u30	 Bewegingsactiviteit	Cafetaria
NM	 De rijdende winkel komt langs op alle afdelingen	
14u30	 Zangnamiddag	Leefruimte Prinsenbos
14u30	 Rolbal	Leefruimte Liermolen
14u30	 Zitturnen	Leefruimte Tommenmolen

Vrijdag 4 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Krantenuur	Zithoek Prinsenbos
10u15	 Muziekatelier	Leefruimte Rijkenhoek
14u30	 Serie Sissi deel 1	Leefruimte Tommenmolen
14u30	 Muzieklotto	Leefruimte Guldendal

Maandag 7 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Volledige maaltijd voor bewoners van Guldendal	Leefruimte Rijkenhoek
10u15	 Cognitieve bordspelen	Zaal Jordaens
13u30	 Kaarten	Cafetaria
14u00	 Wandeling langs de kermis voor de uitgenodigde bewoners	Hoofdingang
14u30	 Zangnamiddag	Leefruimte Tommenmolen

Dinsdag 8 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u30	 Geheugentraining groep 2	Zaal Jordaens
NM	 Bibliotheek is open	
14u30	 Koor	Kapel
14u30	 Muziekatelier	Leefruimte Prinsenbos
14u30	 Krantenuur	Zithoek Liermolen
14u30	 Appelcake maken	Leefruimte Guldendal

Woensdag 9 september

Tijd	Activiteit	Locatie
13u00	Groepsvalidation voor bewoners van Prinsenbos	Bibliotheek
14u30	Groepsvalidation voor bewoners van Guldendal	Bibliotheek
13u30	 Handwerknamiddag	Ergolokaal
14u30	 Reuzescrabble	Leefruimte Charleroyhoeve

Donderdag 10 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	 Zittunen	Leefruimte Prinsenbos
14u30	 Volksspelen	Leefruimte Liermolen
14u30	 Yoga	Leefruimte Guldendal

Vrijdag 11 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Krantenuur	Zithoek Prinsenbos
10u15	 Muziekatelier	Leefruimte Rijkenhoek
14u30	 Serie Sissi deel 2	Leefruimte Tommenmolen

Maandag 14 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Volledige maaltijd voor bewoners van Prinsbos	Leefruimte Rijkenhoek
10u15	 Cognitieve bordspelen	Zaal Jordaens
10u30	 Geheugentraining groep 1	Bibliotheek
13u30	 Kaarten	Cafetaria
14u00	 Hondenwandeling voor de uitgenodigde bewoners	Hoofdingang

Dinsdag 15 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u30	 Geheugentraining groep 3	Bibliotheek
NM	 Bibliotheek is open	
NM	Bezoek aan Kasteel van Gaasbeek met de bewoners van het project herschilderingen	

Woensdag 16 september

Tijd	Activiteit	Locatie
13u30	 Handwerknamiddag	Ergolokaal
14u30	 Bowling op de Wii	Leefruimte Tommenmolen

Donderdag 17 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	 Volksspelen met vrijwilligers (Solidariteit)	Cafetaria

Vrijdag 18 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Krantenuur	Zithoek Prinsenbos
10u15	 Muziekatelier	Leefruimte Rijkenhoek
14u00	 Reptielenvoorstelling	Kapel

Zaterdag 19 september

Tijd	Activiteit	Locatie
14u30	Seniorenorkest	Cafetaria

Maandag 21 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u30	 Geheugentraining groep 1	Bibliotheek
10u15	 Cognitieve bordspelen	Zaal Jordaens
13u30	 Kaarten	Cafetaria
14u00	 Wandeling voor de uitgenodigde bewoners	Hoofdingang
14u30	 Zangnamiddag	Leefruimte Liermolen

Dinsdag 22 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Soep bereiden	Leefruimte Guldendal
10u30	 Geheugentraining groep 3	Bibliotheek
NM	 Bibliotheek is open	
14u30	 Koor	Kapel
14u30	 Muziekatelier	Leefruimte Prinsenbos
14u30	 Reminiscentie	Zithoek Liermolen
14u30	 BeleefTV	Leefruimte Guldendal

Woensdag 23 september

Tijd	Activiteit	Locatie
13u00	Groepsvalidation voor bewoners van Prinsenbos	Bibliotheek
14u30	Groepsvalidation voor bewoners van Guldendal	Bibliotheek
13u30	 Handwerknamiddag	Ergolokaal
14u00	Uitstap naar '50 jaar kunst'	
14u30	 Dierenquiz	Leefruimte Tommenmolen

Donderdag 24 september

Tijd	Activiteit	Locatie
Hele dag	Wafelbak ten voordele van de stichting voor Alzheimeronderzoek	Cafetaria

Vrijdag 25 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u15	 Muziekatelier	Leefruimte Rijkenshoek
14u30	 Serie Sissi deel 3	Leefruimte Tommenmolen

Maandag 28 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u00	 Volledige maaltijd voor bewoners van Guldendal	Leefruimte Rijkenhoek
10u15	 Cognitieve bordspelen	Zaal Jordaens
10u30	 Geheugentraining groep 1	Bibliotheek
13u30	 Kaarten	Cafetaria
14u00	 Wandeling voor de uitgenodigde bewoners	Hoofdingang
14u30	 Zangnamiddag	Leefruimte Guldendal

Dinsdag 29 september

Tijd	Activiteit	Locatie
10u30	 Geheugentraining groep 3	Bibliotheek
NM	 Bibliotheek is open	
13u30	Huppeldepupboerderij op bezoek voor bewoners van Guldendal en Prinsenbos	Terras Guldendal
14u00	 Bewegingsactiviteit voor bewoners van Charleroyhoeve, Tommenmolen en Rijkenhoek	Cafetaria
15u00	Huppeldepupboerderij op bezoek	Terras Liermolen

Woensdag 30 september

Tijd	Activiteit	Locatie
13u30	 Handwerknamiddag	Ergolokaal
14u00	 Verjaardagsfeest. Bewoners die in september verjaren zijn van harte uitgenodigd	Kapel



IN DE KIJKER

PROJECT HERSCHILDEREN

Wij deden alvast enthousiast mee:
Joren R, Lauwers J, Leyder M, Wauters H.



ONTMOET DE WERELD VAN REPTIELEN



18 SEPTEMBER



14U



IN DE KAPEL



**NADIEN:
BEZOEKMOMENT**

Kom de dieren van dichtbij bewonderen
en stel al je vragen!

Ik ben Jeroen, aka de
**Steve Irwin van
Grimbergen**, een
gepassioneerde
reptielenkenner en
vrijwilliger bij
SOS Reptiel.

Tijdens deze **interactieve
& educatieve voorstelling**
leer je alles over deze
bijzondere dieren.

Wie durft, kan zelfs op
de foto met een reptiel,
een **onvergetelijk**
aandenken!

MEER INFO

jeroen.michiels@outlook.com
+32 497 44 14 45



HEILIG HART
GRIMBERGEN
WZC



Mechels Seniorenorkest

Zaterdag 19 september
14u30



WZC Heilig Hart





Stichting Alzheimer Onderzoek
STOPALZHEIMER.BE



LEKKERE TRAKTATIES VOOR EEN GOED DOEL!

Met liefde bereid door onze bewoners, nodigen we je uit om te genieten van heerlijke wafeltjes die verkocht worden ten bate van onderzoek naar Alzheimer en aanverwante ziekten.

Wanneer: **wafelbak met bewoners op 24/9**

Waar: **wafelverkoop vanaf 25/9 in de cafetaria**

Wat kun je kopen: **Zakjes VANILLEWAFELTJES**



WIST JE DAT?

Onze wafelbakverkoop steunt **Stop Alzheimer, de Stichting voor Onderzoek** naar Alzheimer en verwante ziekten in België en het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen.



MEER INFO

www.stopalzheimer.be BE83 0017 5620 5915 info@stopalzheimer.be



Seniorennamiddag

Maandag 19 oktober 2026

Het gemeentebestuur van Grimbergen nodigt ons uit om mee te genieten van een schitterend spektakel op de **seniorennamiddag** die doorgaat in de sporthal Verbrande Brug.

Bij een lekker taartje en een tas koffie zorgen de **Showballet Showcase, humorist Rocky, Stijn Van de Voorde en Koen Crucke** voor een namiddagvullend programma, aan elkaar gepraat door **Eddy Herman**.

Opstappen op liftbus om 12.15u aan de hoofdingang.

De show begint om 14.00u

Deelnameprijs: 7 euro (Vervoer met liftbus is in de prijs begrepen)



Graag inschrijven op de afdeling ergotherapie vóór 2 oktober 2026

**vo
ka** OPEN
BEDRIJVEN
DAG

ZONDAG
4
OKTOBER



**WIJ
DOEN
MEE!**

KOM ONS ONTDEKKEN OP

**ZONDAG
4 OKTOBER**
VAN 10U TOT 17U!



health hub
GRIMBERGEN

BELEEF
THE HEALTH
HUB VAN
BINNENUIT!



ONTDEK
ONZE WERKING



ONTMOET
ONS TEAM



BELEEF
GEZONDHEID



IETS VOOR JOU?

IEDEREEN
WELKOM!

WWW.OPENBEDRIJVENDAG.BE - VOLG ONS OP:



Activiteiten Grimbergen

Beiaardconcerten:



50 jaar kunst in Liermolen:



Heb je een rolstoel nodig om samen met je familielid aan dit evenement deel te nemen? Je kan hiervoor een rolstoel vragen bij de dienst kinesithérapie.

Fietsen met de rolstoelfiets



Wil je graag een tochtje maken met je familielid?

Wil je deze fiets een weekend huren?

Alles kan!

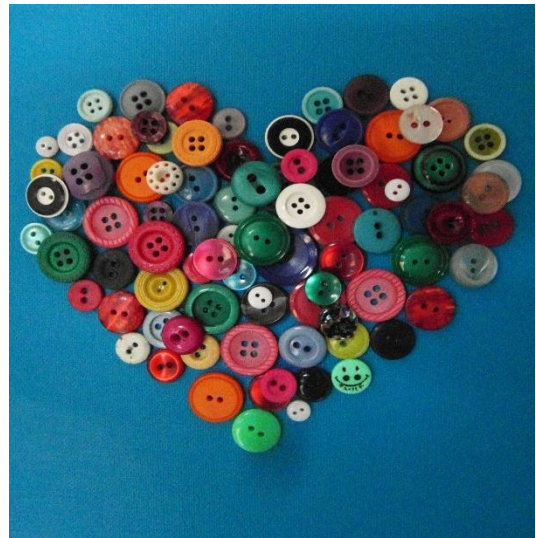


Neem contact op met onze dienst kiné!
Reservaties via kine@hhg.be

Ga je graag eens mee met de rolstoelfiets?
Geef je interesse in een ritje door aan de kine

Wist je dat ...

... er op **dinsdag 1 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 1 september ook gewoon met het verstelwerkje langslopen in zaal Jordaens.

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



Gouwe Ouwe

Dag iedereen!

In deze editie van Gouwe Ouwe wil ik graag een grote kleinkunstenaar (is dat dan een grootkunstenaar?) aan jullie voorstellen. Hij schreef onder meer dit wondermooie liedje over de liefde voor een ander:

Houden van – Miel Cools

Miel Cools was een Vlaamse zanger, gitarist en kleinkunstenaar. Hij werd in 1935 op 15 april geboren in Herk-de-Stad en groeide in zijn leven uit tot de ‘Nestor van de kleinkunst’. Zijn carrière begon in de jaren '60 met het coveren van liedjes van onder andere Toon Hermans. Niet veel later zou hij beginnen met zijn eigen teksten en muziek te schrijven.

Als geen ander kon hij alleen met zijn gitaar voor een volle zaal het publiek zo boeien. Hij werd terecht één van de pioniers van het kleinkunstgenre in Vlaanderen genoemd.

In de jaren '70 werd de kritiek op Cools in Vlaanderen groter (traditionalistisch en zeemzoeterig). Hij week uit naar Nederland, waar hij werkte met tekstdschrijvers Ed Leeflang, Ernst van Altena en Willem Wilmink. Ook in Duitsland kreeg hij een (kleine) voet aan de grond, met vertalingen van zijn eigen werk in het Duits (Baure Bavo, Die sieben Schwäne ...).

In 1979 maakte hij zijn comeback in Vlaanderen met "Houden Van". Hij presenteerde van dan af ook een eigen radioprogramma ("Er trilt een snaar"). Vanaf 1985 werd hij ook als importeur actief in de wijnbusiness. Deze wijnhandel is nu in handen van zijn zoon Bert.

Miel Cools zou uiteindelijk 78 jaar worden. Hij overleed in 2013.

Op de volgende bladzijde vindt je het nummer ‘Houden van’.

Veel lees- en/of zangplezier!

Thiebout



Houden van – Miel Cools

Houden van kun je bij Shakespeare niet leren,
Romeo en Julia die zijn al lang dood,
Je hoort over liefde veel onzin beweren,
Van liefde in boeken zijn de letters te groot

Het heeft immers meer met koffie te maken,
Met twee kouwe voeten 's winters in bed,
Met eventjes blij zijn en dan weer verdrietig,
Tot opeens iemand zegt: hier, een sigaret

**Houden van, houden van,
't Is vaak niet bijzonder,
't Is vaak niet zo'n wonder,
Maar geen mens die zonder kan
Houden van, houden van,
't Is weinig poëtisch
't Is weinig profetisch
Maar geen mens die zonder kan**

Houden van kun je de buurman niet leren
De ene zoent zus en de andere zoent zo,
Wie zo mooi model stond valt straks van zijn sokkel,
Soms is het hard knokken, soms krijg je het cadeau

Het heeft immers meer met warmte te maken,
Met twee zachte armen 's nachts om je heen,
Met eventjes vrij zijn en dan weer gebonden,
Tot opeens iemand zegt: ik zeg toch niet neen!

**Houden van, houden van,
't Is vaak niet bijzonder,
't Is vaak niet zo'n wonder,
Maar geen mens die zonder kan
Houden van, houden van,
't Is weinig poëtisch
't Is weinig profetisch
Maar geen mens die zonder kan**

Houden van kun je maar heel langzaam leren,
Hardlopers lopen zichzelf vaak voorbij,
Het staat niet in boeken, het staat niet geschreven,
Wat lief zijn wil zeggen voor jou en voor mij

Het heeft immers meer met geloven te maken,
Met twee grijze ogen die kijken je aan,
Met eventjes boos zijn en dan weer verdrietig,
Tot opeens iemand zegt: weg met die traan!

**Houden van, houden van,
't Is vaak niet bijzonder,
't Is vaak niet zo'n wonder,
Maar geen mens die zonder kan
Houden van, houden van,
't Is weinig poëtisch
't Is weinig profetisch
Maar geen mens die zonder kan
Houden van, houden van,
geen mens die zonder kan
Houden van, houden van,
geen mens die zonder kan
Houden van, houden van,
geen mens die zonder kan
Houden van, houden van,
geen mens die zonder kan**



Focus op dementie

In september is er wereldwijd aandacht voor dementie.

Werelddag Dementie is een breed gedragen initiatief waarin uitgenodigd wordt om samen stil te staan bij dementie en bij allen die deze ziekte treft. Hiermee bedoelen we mensen met dementie, maar ook hun naasten, mantelzorgers, familieleden, burens en vrienden, alsook de mensen die op professionele manier, bijvoorbeeld in een zorgtaak, betrokken zijn bij mensen met dementie.

Ook in het WZC Heilig Hart gaat in deze periode onze aandacht, nog een beetje extra, naar het thema dementie. Op de planning staan, onder andere, deze initiatieven:

- **Donderdag 24 september:** Net als vorig jaar een **wafelbak** door bewoners, medewerkers en vrijwilligers voor het goede doel, Stichting Alzheimer Onderzoek. Vorig jaar was deze wafelbak een groot succes, dus we zijn er van overtuigd dat er dit jaar met evenveel enthousiasme gebakken zal worden. De zelfgebakken wafeltjes zullen voor dit goede doel te koop aangeboden worden in de cafetaria aan 6 euro per zakje – snel zijn is zeker de boodschap! Smakelijk!
- **Dinsdag 29 september: Zorgboerderij Huppeldepup** komt in de namiddag op bezoek in het WZC. Zij laten zich vergezellen door konijnen, kippen en soms al eens een groter knuffeldier. Voor mensen met (of zonder) dementie is het contact met dieren bijzonder waardevol. De wetenschap leert ons steeds meer over hoe het in contact treden met dieren zoveel positieve effecten heeft op het welbevinden van mensen (met dementie).
- **Maandag 14 september:** Aansluitend bij de zorgboerderij, zetten we hier ook nog eens onze maandelijkse **hondenwandeling** in de kijker. De wekelijkse wandeling wordt 1 keer per maand opgefleurd door de aanwezigheid van de honden van medewerkers, familieleden en vrijwilligers. Na de wandeling is er een aaimoment zodat de bewoners van dichtbij met de honden in interactie kunnen treden.
- **Maandag 7 september:** Om 14u komt de **Familiegroep Dementie Grimbergen** (Alzheimer Liga Vlaanderen) samen in het WZC. Tijdens de familiegroep komt een onderwerp rond dementie aan bod. Als familielid kan je zelf je verhaal kwijt, ervaringen en tips delen met elkaar. Op 7 september praten we over omgaan met veranderend gedrag van een naaste met dementie. Sluit je graag aan bij deze groep, neem dan eerst contact op met grimbergen@alzheimerligavlaanderen.be

- **Dinsdag 22 september:** Het Inloophuis Dementie Grimbergen opent de deuren in de Health Hub. Elke vierde dinsdag van de maand is iedereen die vragen heeft rond dementie of nood heeft aan een luisterend oor welkom tussen 13u30 en 16u30. In het inloophuis staan professionele medewerkers en vrijwilligers klaar om bezoekers een warm welkom te bieden.
- **Dinsdag 13 oktober: Praatcafé Dementie** met als sprekers VUB professor neurologie **dokter Sebastiaan Engelborghs** en journaliste **Barbara Ceuleers**. Samen schreven ze het boek *Vergeet dementie*. Zij bieden ons hoop door uit te leggen hoe een deel van toekomstige gevallen van dementie uitgesteld of zelfs voorkomen kan worden. Deze avond is een absolute aanrader en een mooie kans om de auteurs van het boek te beluisteren, vragen te stellen en ervaringen uit te wisselen. Gratis inkom en open voor alle geïnteresseerden. Start om 19u30.



VUB-professor neurologie Sebastiaan Engelborghs en journaliste Barbara Ceuleers (links) schreven een praktisch boek over dementie. © An Clapdorp/Ertsberg (bron: <https://www.vub.be/nl/nieuws/boek-dementie-sebastiaan-engelborghs-en-barbara-ceuleers>)



PRAATCAFÉ DEMENTIE

***DINSDAG 13 OKTOBER 2026
19.30 UUR***

**“Vergeet dementie! Jouw gids om
alzheimer en dementie te voorkomen”**

door Prof. dr. neuroloog Sebastiaan Engelborghs
en journaliste Barbara Ceuleers

Inkom: gratis

Inschrijven niet nodig

Locatie: WZC Heilig Hart, Veldkantstraat 30, Grimbergen

Info: 02 270 19 00



in samenwerking met Familiegroep Dementie Grimbergen



Vrijwillig en met Liefde

Hallo beste lezers,

Augustus loopt stilaan naar zijn einde.

Een fijn moment om ook eens de studenten van de voorbije vakantie in de bloemetjes te zetten.

Zij boden hulp in de vakantieperiode.

Er was tijd voor een gesprekje en activiteit!



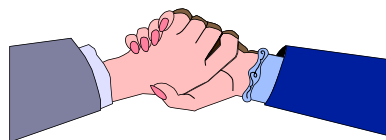
Velen waardeerden de gesprekken en het warme contact. Ze deden het ook schitterend! Er ontstond een warme band.

Het, soms wat negatieve, imago van ouderenzorg veranderde.

Wij ervoeren hoe warm, mooi en waardevol het contact kan zijn voor zowel bewoners als studenten.



Nieuwe bewoners



<u>Bewoner</u>	<u>Afdeling</u>	<u>Komt uit gemeente:</u>
-----------------------	------------------------	----------------------------------

DE BUYSER Louisa

GULDENDAL

BEIGEM

Zijn van ons heengegaan



01/08/2026

POLFLIET Maria

TOMMENMOLEN

05/08/2026

LAGROU Evert

GULDENDAL

Verjaardagen bewoners

D' HONDT Simonne	Prinsenbos	04/09/1934	92
BOGEMANS Maria	Tommenmolen	04/09/1935	91
VAN BUGGENHOUT Maria	Charleroyhoeve	06/09/1932	94
DE MUYNCK Jacqueline	Tommenmolen	06/09/1933	93
VAN HEMELRIJCK Herman	Tommenmolen	06/09/1948	78
VAN CAPPELLEN Marie-Jeanne	Charleroyhoeve	07/09/1932	94
VAN GINDERACHTER Jeanne	Charleroyhoeve	15/09/1936	90
GOENS Daniël	Prinsenbos	15/09/1948	78
MOLENAERS Madeleine	Prinsenbos	19/09/1935	91
JANSSENS Denise	Charleroyhoeve	19/09/1941	85
VAN SEGHBROECK Angèle	Liermolen	21/09/1932	94
LEYDER Marika	Guldendal	21/09/1943	83
MONSAERT Monique	Guldendal	22/09/1941	85
COPPIETERS Willem	Guldendal	24/09/1936	90
VAN BORM Agnes	Prinsenbos	24/09/1928	98
VAN DER ZWALMEN Jos	Tommenmolen	28/09/1931	95

Huwelijksverjaardagen bewoners

Dhr. en Mw. MERTENS - Sabels afdeling Prinsenbos	01/09/1959	67
Dhr. en Mw. ROBYNS - SIEBENS afdeling Liermolen	02/09/1953	73
Dhr. en Mw. Roelants - DEKNOPPER afdeling Liermolen	06/09/1968	58
Dhr. en Mw. Bollen - MOLENAERS afdeling Prinsenbos	10/09/1958	68

Verjaardagen personeel

DE DONDER NICOLE	TOMMENMOLEN	01/09/1961	65
DE VIS Sonja	ADMINISTRATIE	03/09/1965	61
ALAHYANE Habiba	PRINSENBOS	06/09/1970	56
HIPOL Patrick	CHARLEROYHOEVE	08/09/1981	45
CLAES Hilde	KEUKEN	10/09/1969	57
DEKOSTER Katherina	TEAM LEVEN	11/09/1971	55
VAN STEENWINCKEL Linda	ADMINISTRATIE	22/09/1962	64
LAUWERS Katrien	LIERMOLEN	23/09/1979	47
HIPOL Glenda	PRINSENBOS	26/09/1983	43
VANDEN EYNDE Debora	TEAM LEVEN	28/09/1988	38

Menu

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 31 AUG 2026	Eitje	Bloemkoolsoep Boomstammetje met spinazie in room en aardappelen Rijstpap	Kip curry Koekje
DINSDAG 01 SEPT 2026	Siroop	Courgettensoep Kipbrochette met currysous, ananas en groentenrijst Ijsje	Tomaat mozzarella Fruit
WOENSDAG 02 SEPT 2026	Platte kaas	Minestrone Hamburger met ajuinsaus en frieten Fruit	Smeerpate Café Liégeois
DONDERDAG 03 SEPT 2026	Confituur	Broccoliroomsoep Kalkoenlapje met Milanese saus en pasta Panna cotta	Aspergerolletje Fruit
VRIJDAG 04 SEPT 2026	Spek	Knolseldersoep Koude schotel met zalm en aardappelsalade Pudding	Leerdammer Verse kaas met fruit
ZATERDAG 05 SEPT 2026	Peperkoek	Wortelsoep Varkensgebraad met mosterdsaus, broccoli in witte saus en gebakken aardappelen Ijsje	Mortadella Koekje
ZONDAG 06 SEPT 2026	Croissant	Tomatensoep Konijn met pruimen, tuinkers en kroketten Gebak	Chaumes / Druiven

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 07 SEPT 2026	Eitje	Witloofsoep Chipolata met andijvie in witte saus en aardappelen Rijstpap	Vleessalade Koekje
DINSDAG 08 SEPT 2026	Confituur	Broccolisoepp Cordon bleu met rauwe witloof en gebakken aardappelen Ijsje	Perzik met tonijn Fruit
WOENSDAG 09 SEPT 2026	Platte kaas	Juliennesoepp Stoofvlees met veldsla en frietten Fruitsalade	Salami Flan
DONDERDAG 10 SEPT 2026	Choco	Groentesoepp Vogelnestje met tomatensaus en pasta Sabayon	Haring Fruit
VRIJDAG 11 SEPT 2026	Spek	Preisoep Gegratineerd vispannetje met groentenpuree Pudding	Brugse kaas Fruitkaasje
ZATERDAG 12 SEPT 2026	Banaan	Brunoisesoepp Kip zoetzuur met groentenrijst Ijsje	Parijse worst Cake
ZONDAG 13 SEPT 2026	Suikerbrood	Aspergeroomsoep Varkenswangetjes met warme peertjes en pomme duchessee Taart	Camembert Druiven

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 14 SEPT 2026	Omelet	Venkelsoep Kalfsworst met bloemkool in witte saus, peterselie en aardappelen Rijstpat	Krabsalade Koekje
DINSDAG 15 SEPT 2026	Speculoospasta	Minestrone soep Spaghetti bolognese met kaas Ijsje	Fetaslaasje Fruit
WOENSDAG 16 SEPT 2026	Platte kaas	Bloemkoolsoep Koninginnenhapje met gemengd slaasje en frietten Fruit	Vleesbrood Roomdessert
DONDERDAG 17 SEPT 2026	Chocolade	Vermicellisoep Kipfilet met ratatouille en pasta Griesmeelpudding	Tomaat mozzarella Fruit
VRIJDAG 18 SEPT 2026	Spek	Brunoisesoep Fishstick met tartaarsaus en andijviestoemp Pudding	Port Salut Petit Suisse
ZATERDAG 19 SEPT 2026	Chocoladereep	Seldersoep Kalkoengebraad met currysous, ananas/perzik en groentenrijst Ijsje	Smeerpate Cake
ZONDAG 20 SEPT 2026	Torsade	Tomatensoep met balletjes Kalfsgebraad met erwten en wortelen en kroketten Gebak	Brie Druiven

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 21 SEPT 2026	Eitje	Paprikasoep Chipolata met spinazie in roomsaus en aardappelen Rijstpad	Krabsalade Koekje
DINSDAG 22 SEPT 2026	Honing	Kippensoep Slavink met rode kool met appeltjes en aardappelen Creme mango	Macaroni met kaassaus en hesp Fruit
WOENSDAG 23 SEPT 2026	Platte kaas	Broccolisoepp Kippenbil met appelmoes en frieten Fruitcocktail	Kalkoenfilet Flan
DONDERDAG 24 SEPT 2026	Confituur	Erwtensoepp met korstjes Kalkoenschnitzel met broccoli in witte saus en aardappelen Tiramisu	Cervela met mosterd/ketchup Fruit
VRIJDAG 25 SEPT 2026	Spek	Tomatensoep Zalm gratino met bearnaisesaus en spinaziepuree Pudding	Jonge Hollandse kaas Verse kaas met fruit
ZATERDAG 26 SEPT 2026	Speculoos	Chinese soep met vermicelli Kippenreepjes in zoetzure saus met groentenrijst Ijsje	Salami Koekje
ZONDAG 27 SEPT 2026	Amandelcroissant	Aspergeroomsoep Varkensgebraad met blackwellsaus, boontjes en pomme duchesse Gebak	St Albray Druiven

	<u>ONTBIJT</u>	<u>MIDDAGMAAL</u>	<u>AVONDMAAL</u>
			
MAANDAG 28 SEPT 2026	Omelet	Pompoensoep Chipolata met spruiten met spek en gebakken aardappelen Rijstpap	Eiersalade Koekje
DINSDAG 29 SEPT 2026	Confituur	Preiroomsoep Brochette Hawaï met currysaus, perzik/ananas en puree Chocoladecake	Worstenbroodje Fruit
WOENSDAG 30 SEPT 2026	Platte kaas	Minestrone Hamburger met ajuiusaus, sla en tomaten en frieten Fruit	Gandaham Flan
DONDERDAG 01 OKT 2026	Choco	Witloopsoep Kip gevuld met ham en kaas met witte kool in witte saus en aardappelen Rijstgriesmeel	Slaatje Niçoise Koekje
VRIJDAG 02 OKT 2026	Ontbijtworstjes	Courgettesoep Gegratineerd vispannetje met peterseliepuree Pudding	Port Salut Verse kaas met fruit
ZATERDAG 03 OKT 2026	Peperkoek	Knolseldersoep Kippenbil met appelmoes en aardappelen Ijsje	Salami Koekje
ZONDAG 04 OKT 2026	Twist koek	Aspergeroomsoep Lamsragout met fijne groentjes en gratin dauphinois Gebak	Chaumes Druiven

Denksport

Wat is het beroep van deze mensen?

Voorbeeld: Ward Buloen

Landbouwer

1. Ar Bekk		2. Els Arre	
3. Cresta Serees		4. Els Vergreept	
5. Dirk Neurie		6. Ernest Fiekma	
7. Hoube Werne		8. Werner Bamand	
9. Dieter Gool		10. Stig Raag	
11. Stan Drat		12. Theo Krape	
13. Rina Sterde		14. Debbie Denkan	
15. Pol Tagenieti		16. Jo Stilnaur	
17. Sam Rateel		18. Ine Staar	
19. Bo Podest		20. Marc Maane	
21. Werner Schrijk		22. Stas Ruih	
23. Ad Tacova		24. Stien Keis	
25. Fret Obrui		26. Rob Weur	
27. Sil Derch		28. Eric Tacht	
29. Bram Na		30. Vere Opstrok	
31. Kim Zantu		32. Jur Sit	
33. Regi Eunni		34. Pol Oti	
35. Cedi Peur		36. Pats Ker	
37. Arnaut Tos		38. Tim Rilia	
39. Ria Cect		40. Theo Gool	
41. Rien Hevo		42. Sep Riter	
43. Ron Asti		44. Auch Ruffe	

Oplossing vorige opgave: springen



Heilig Hart Grimbergen