

St. Michaël

WZC
Sint-Michaël



Mini
Maart en April 2024



ZORGGROEP
ZUSTERS VAN BERLAAR
Wonen en zorg in dialoog





Inhoud

Voorwoord	4
Aankomende activiteiten	7
Pastoraal hoekje	8
Wist je dat	9
Onze jarigen	10
Welkom	12
Afscheid	13
De plezanten hoek	14
Flor Cools vertelt	15
Verhalen door jullie	16
Terugblik voorbij activiteiten	17
Een blik op dementie	38
Vastenactie	40
Frietjes voor het goede doel	41
't Bazaarke	42
Babbelfcafé	43
Eucharistievieringen	44
Pastorale weetjes	45
Week van de valpreventie	47
Essen vroeger en nu...Isabelle Verschueren	48
Essen vroeger en nu...Jeanneke van Loon	50
Essen vroeger en nu...Jos Uytdewilligen	52
Collega in de kijker...Davina Lerche	55
Collega in de kijker...Marijke Jacobs	56
Geniet van je pensioen...Sonja van der Kaa	58
Geniet van je pensioen...Jo Koninckx	60
Geniet van je pensioen...Mai Bruyns	63
Een gedicht	66
	68

VOORWOORD

Beste bewoners,
Beste medewerkers,
Beste families, mantelzorgers,
Beste vrijwilligers en sympathisanten,

De kop is eraf: de eerste maanden van 2024 zitten erop. De nieuwjaarsrecepties zijn al lang vergeten, carnaval was dit jaar nog zotter dan anders en we konden in huis weer genieten van heel wat lekkers, bereid door Herwig en de hele keukenploeg. Als we spreken over 'zorg', dan kan je dat in de enge zin bekijken en dan denken we aan de medewerkers op de woongroepen zoals de verpleeg- en zorgkundigen, de ergo's, de kinesisten, de begeleiders wonen en leven, de orthopedagogen en de huiskamermedewerkers, allemaal onder leiding van de teamcoaches. Als we over de zorg in de ruime zin spreken dan kijken we ook naar de ondersteunende diensten zoals pastoraal medewerker, de keuken, de mensen van het interieur onderhoud, de sociale dienst, de technische dienst, de wasserij, de administratie... In totaal werken er een 115 mensen in St. Michaël. Toch heel wat mensen die dagelijks proberen het beste te geven van zichzelf, in dienst van onze bewoners en hun families.

De Zusters van Berlaar hebben in hun scholen, woonzorgcentra en ziekenhuizen altijd gekozen voor kwaliteitsvolle zorg en onderwijs. Ook in St. Michaël streven we ernaar onze bewoners een goede thuis aan te bieden, waar het goed is om te wonen, waar het gezellig is, waar we in dialoog een goede zorg aanbieden. Iedereen weet dat dit niet altijd of elke dag even evident is, maar we streven er wel naar. We willen onze bewoners een warme thuis aanbieden, waar het plezant wonen is en waar men zich omringd voelt door mensen die hen graag zien. Die 'kwaliteit van wonen, leven en zorg' bevragen we om de 3 maanden aan onze bewoners tijdens de zgn. huiskamergesprekken. De 'begeleider wonen en leven' bevraagt op zijn woongroep de bewoners m.b.t. allerlei aspecten van de zorg en ondersteuning (maaltijden, animatie, zorg, ...). Hier wordt een verslag van gemaakt en de teamcoach van de begeleiders wonen en leven geeft hiervan een voorstelling op de maandelijkse vergadering met de leidinggevenden. Daar kijken we wat er goed gaat en waar en hoe we sommige dingen beter kunnen doen.

Daarnaast werken we in huis via verschillende 'domeinvergaderingen' aan allerlei aspecten van de zorg. In St. Michaël hebben we zo domeinvergaderingen (de vroegere kwaliteitscirkels) over dementie, valpreventie, hotelzorg, palliatieve zorg, RZL (religie, zingeving en levensvragen)... Een domeinvergadering komt 2 tot 6 keer per jaar samen en wordt geleid door de domeinverantwoordelijke. Afhankelijk van welke domeinvergadering zit er al dan niet een medewerker van elke woongroep in, maar dat is dus niet altijd zo.

De domeinverantwoordelijken van één bepaald thema komen op hun beurt samen op vzw-niveau om daar te praten over hun domein, hoe ze het in hun huis mee aan de slag gaan, welke stappen er gezet worden en worden er procedures uitgewerkt met de hulp van onze stafmedewerkers. Zo'n vergadering op vzw-niveau met alleen maar domeinverantwoordelijken noemen we een 'kwaliteitsdialoog'. Ook zij komen 2 tot 6 keer per jaar samen.

Maar ook de overheid verwacht dat we aan kwaliteitszorg doen. Elke woonzorgcentrum heeft een kwaliteitshandboek met daarin heel wat procedures. Daarnaast geven we 2 keer per jaar bepaalde cijfers door aan de overheid, de zogenaamde 'kwaliteitsindicatoren'. Deze gaan bv. over hoeveel bewoners er binnen een bepaalde periode gevallen zijn, hoeveel mensen er gestorven zijn en waar die dan wel gestorven zijn, hoeveel medicijnincidenten er geweest zijn, hoeveel bewoners er op korte tijd fel vermagerd zijn, ...

Op die manier proberen we dus al jaren aan kwaliteit te werken. Maar onlangs kregen we van de overheid de vraag of we bij ons in huis een enquête wilden laten afnemen met als doel de 'meting van de kwaliteit van wonen, leven en zorg'. Omdat dit een andere manier van bevraging zou zijn, met ongetwijfeld ook wat andere vragen, misschien zelfs uitgebreider, zijn we hier direct op ingegaan. We waren dan ook aangenaam verrast dat we uitgekozen waren om bij de eerste woonzorgcentra deel te nemen aan de bevraging.

In de loop van maart of april gaat er een enquêteur St. Michaël bezoeken om bij 20 bewoners een enquête af te nemen. In principe kan iedereen die cognitief sterk genoeg is deelnemen of bevraged worden, maar de enquêteur kiest zelf de 20 bewoners. En bewoners mogen uiteraard ook weigeren om deel te nemen. De bevraging gebeurt op de kamer van de bewoner en bij dit gesprek zijn geen anderen aanwezig.

Wanneer we exact weten wanneer men gaat langskomen zullen we dit ook medelen. Mocht je echter willen deelnemen aan de enquête, dan mag je dit op voorhand laten weten. De enquêteur zal dan een papieren vragenlijst overhandigen die je als bewoner dan zelf kan invullen. Deze worden mee opgenomen in de resultaten maar komen bovenop de 20 bevragingen.

De antwoorden worden uiteraard anoniem verwerkt. Met jullie antwoorden willen we te weten komen wat er goed gaat en wat er beter kan. We beloven jullie dat we met de resultaten aan de slag zullen gaan om te komen tot een nog betere zorg! En uiteraard zijn we benieuwd...

We zullen ter informatie ook nog een affiche ophangen om dit bekend te maken en, wanneer de datum gekend is, zullen we ook nog eens een flyer bezorgen aan onze bewoners. Bij vragen mag u zich tot het diensthoofd wenden of tot iemand van de andere leidinggevendenden.

We willen jullie alvast bedanken voor jullie medewerking en kijken ernaar uit om jullie een nog betere zorg te kunnen aan te bieden!

Maar niet alleen onze bewoners hun stem willen we horen. Uiteraard hebben ook onze medewerkers een kijk op goede – kwaliteitsvolle zorg. Ook zij willen meewerken aan een goede zorg voor onze bewoners en hebben daar ongetwijfeld goede ideeën rond. Daarom hebben we in februari ook een online bevraging gedaan bij onze medewerkers omtrent de kwaliteit van leven en zorg. Deze bevraging vond plaats in het kader van de Masterproef (het nieuwe woord voor de vroegere 'thesis' aan de unief) van Raf Van Horebeek, één van de stafmedewerkers van onze vzw. Via de bevraging gaat hij na hoe er volgens onze medewerkers aan kwaliteit gewerkt kan worden en hoe we volgens hen de kwaliteit kunnen verbeteren. Ook deze bevraging is anoniem en met de resultaten van deze bevraging willen we ook aan de slag gaan.

Met de komst van het nieuwe jaar zetten we dus sterk in op het meten van de kwaliteit van onze voorziening. Het vraagt een klein beetje tijd en wat engagement, maar we zijn ervan overtuigd dat dit ervoor zal zorgen dat we weten waar we goed in zijn en waar het beter kan.

Wij doen mee! U ook?

Veel leesplezier!

Namens de VZW Zorggroep Zusters van Berlaar,

Guy Henkens
Overkoepelend Campusdirecteur

Evi Matthys
Dagelijks Verantwoordelijke

LAAT JE
STEM
HOREN

DEEL ANONIEM JE ERVARING OVER HET WOONZORGCENTRUM EN ZEG WAT GOED IS EN WAT BETER KAN!

VOORJAAR 2024: BEVRAGING BEWONERS
NAJAAR 2024: BEVRAGING FAMILIELEDEN

Scan de code voor meer informatie over het project

WWW.ZORWKWALITEIT.BE/KWALITEITVANLEVENWOONENZORG

VIKZ
Vlaamse Ouderenraad
demantia Vlaanderen
Vlaanderen.org

MET DE STEUN VAN:
vlogo
vvsg
1000 FIBS

AANKOMENDE ACTIVITEITEN

Aankomende activiteiten in maart:

Maandag 4 maart: Huiskamergesprekken

Woensdag 6 maart: Frietjes voor het goede doel

Donderdag 7 maart: Verwenontbijt

Zaterdag 9 maart: Optreden Ericantat

Maandag 11 maart: Optreden Jan, Vivianne en Lus

Dinsdag 19 maart: Vaderdag

Maandag 25 maart: Sing live stream (bewegen en zingen op symfonische muziek)

Donderdag 28 maart: Paasfeest

Vrijdag 29 maart: Goede Vrijdag (Kruisweg)



Aankomende activiteiten in april:

Maandag 8 april: BIB

Donderdag 11 april: Sonja trakteert (omdat ze op pensioen gaat)

Dinsdag 16 april: Volksspelen met de kleuters

Donderdag 18 april: Koor van Lus

Donderdag 25 april: Frietdag

Dinsdag 30 april: Modeshow Dimoda



PASTORAAL HOEKJE

Lente,

*Lentezon streelt de aarde zacht,
Ontwaakt de bloemen, kleur in
pracht.*

*Zingende merels, een melodie,
In de lente ontwaakt alles, een
mooie harmonie.*

WIST JE DAT...



wist je dat...?

De **groene magneet** die soms aan jullie deur hangt wijst op een ziekenhuisopname of afwezigheid.

De **rode magneet** betekent dat er post is die **door de familieleden** afgehaald dient worden **op de verpleegpost van je afdeling**.

Aan de familieleden vragen we om er attent op te zijn **dat bij afhaling van de post de magneet en het postkaartje terug afgegeven wordt** op de verpleegpost.

Ook het **steeds laten tekenen van kledij (of nieuwe kledij)** blijft een belangrijk aandachtspuntje...



wist je dat...?

één van onze bewoners **op zoek is naar een tegenspeler/ speelster om mee te scrabbelen?** Bij interesse kan je je aanmelden bij Evelyne of één van de begeleiders wonen en leven.



wist je dat...?

vanaf 2024 **nieuwe bewoners** om de 3 maanden persoonlijk uitgenodigd worden? Dit biedt de mogelijkheid om gezellig samen te zijn met andere nieuwe bewoners, kennismaking met de directie en personeel, rondleiding door het huis, ruimte voor het stellen van vragen en het delen van ervaringen. De eerstvolgende bijeenkomst zal plaatsvinden in april.



wist je dat...?

de schilderijen van Adriëne Goosen en André Geerts nog enkele weken te bewonderen zijn in de centrale gang. Ga zeker eens een kijkje nemen...



wist je dat...?

bewoners en personeel van St. Michaël recht hebben op een exclusieve **korting van 10%** op de volledige dames en herencollectie bij **E5?** Je kan je kortingsbrief afhalen bij de balie aan het onthaal.

ONZE JARIGEN IN MAART

2 maart - **Anna Hellemons** - 94 jaar - Mastenpolder

2 maart - **Mon Vergouwen** - 94 jaar - Moerven

9 maart - **Gerda van Opdorp** - 71 jaar - De Zwaen

12 maart - **David Meredith** - 72 jaar - De Zwaen

16 maart - **Denise Beurms** - 93 jaar - De Zwaen

18 maart - **Leonie Haers** - 83 jaar - Vreenberg

21 maart - **Marie-José Baeteman** - 79 jaar - Boombos

27 maart - **Jan van Litsenborgh** - 87 jaar - De Zwaen

28 maart - **Isabelle Vershueren** - 84 jaar - Vreenberg

30 maart - **Martha de Rijck** - 101 jaar - Vreenberg

3 maart - **Anja van Kasteren** - 60 jaar - Schoonmaak

8 maart - **Erik Kuypers** - 63 jaar - Keuken

13 maart - **Zakia Ghayasi** - 35 jaar - Plankenbrug/Mastenpolder

15 maart - **Leslie Mattheeuwsen** - 41 jaar - Plankenbrug/Mastenpolder

16 maart - **Kenny Willemsen** - 32 jaar - Technische Dienst

25 maart - **Margriet van Loon** - 64 jaar - Plankenbrug/Mastenpolder

ONZE JARIGEN IN APRIL

9 april - **Martha van den Broeck** - 80 jaar - De Zwaen

12 april - **Alain Hollevoet** - 70 jaar - Boombos

23 april - **Maria de Backer** - 89 jaar - Moerven

1 april - **Evelyne Corrynen** - 35 jaar - Teamcoach KELA/
verantwoordelijke Lokaal Diensten Centrum

2 april - **Shania Verhoeven** - 22 jaar - Moerven/De Zwaen

5 april - **Marijke Jacobs** - 34 jaar - Wasserij

9 april - **Veerle Buermans** - 54 jaar - Vreenberg/Boombos

13 april - **Ilse Schrauwen** - 59 jaar - Vreenberg/Boombos

14 april - **Hanne Sneyders** - 28 jaar - Schoonmaak

17 april - **Aurelie Rens** - 40 jaar - Nacht

17 april - **Vojin Jevtic** - 47 jaar - Schoonmaak

18 april - **Dirk Claessens** - 63 jaar - Sociale Dienst

19 april - **Patrick Geuens** - 55 jaar - Vreenberg/Boombos

28 april - **Noa Lerche** - 27 jaar - Vreenberg/Boombos

Welkom

Louisa Raets
Mastepolder 1.22
14/12/2023

Elisa Govers
Mastepolder 1.24
19/12/2023

Marie-José Baeteman
Boombos 2.24
10/01/2024

Tony Verbiest
Plankenbrug 1.12
25/01/2024

Julia Nelen
Moerven 3.23
13/02/2024

Afscheid nemen is met zachte vingers,
wat voorbij is
dichtdoen en verpakken in de
goede gedachten der herinnering.

Lilianne Closjans



Trientje de Kooning



Jan van Loenhout



Wiske Raets



DE PLEZANTEN HOEK

Bron:Seniorennet

Drie mensen zitten in een auto en rijden over een brug. Komt de politie achter hun aan en houdt hun aan. Zegt de politieagent: "gefeliciteerd, jullie zijn de duizendste auto die over deze brug rijdt, jullie hebben tienduizend euro gewonnen. Dan zegt de bestuurder: "Mooi, kan daar mijn rijbewijs mee halen." Zegt de man naast de bestuurder: "Let maar niet op hem, hij is bezopen." Vervolgens zegt de hardhorende opa achterin: "k zei toch dat we niet ver kwamen met deze gestolen auto."



De Jef en de Louis staan te liften.
Er stopt een chique Mercedes met daarin
een blonde schoonheid.
Zij wil echter slechts één passagier meenemen.

De Jef gaat mee en de Louis loopt te voet verder.
Na een half uur stopt dezelfde Mercedes bij de Louis, met achter het stuur de Jef. De Jef
vertelt zijn verhaal:
"We waren een tijdje aan 't rijden toen die blonde zei: 'Ziede daar da boske? Daar rijden we
naartoe.'
Ze stopte daar, deed haar bloes uit en gooide die op de grond.
Toen deed ze haren BH uit en gooide die op haar bloes. Ze deed hare rok uit, gooide het bij op
den hoop, en toen deed ze hare string uit en zei: 'Nu moogt ge nemen wat ge maar wilt.'

En ik, ik heb de Mercedes genomen."

"Da's goe gekozen", zei de Louis, "wat had ge anders met die vrouwekieren kunnen doen?"

FLOR COOLS VERTELT

Dank u

Men hoort het gelukkig dikwijls zeggen, maar volgens mij niet genoeg. Ik ken een invalide die al acht jaar iedere dag verzorging aan huis krijgt van het Wit-Gele Kruis. De laatste twee jaar zelfs vijf dagen in de week. En laten we beginnen met ... dit alles is helemaal gratis. Iedere dag staan zij paraat, ook tijdens het weekend, om mensen en hulpbehoevenden te gaan spuiten, wonden verzorgen, wassen en vele andere klusjes. Op verschillende plaatsen komen zij tweemaal per dag. Als bij ons de verpleegster komt zeggen wij: "Het zonnetje komt weer in huis". Steeds goed gezind, de lach ontbreekt niet. Ook naast de behandeling geeft zij advies en staat ze bij met raad en daad. Er zijn verpleegsters die bij het aankleden zeggen: "Wat hebt u een mooi rokje en truitje". Dan glundert mijn vrouw en is ze heel gelukkig. Het is maar een klein gebaar, maar het maakt de mensen even heel gelukkig. Ook als ze tijd hebben, of tijdens het wassen, een babbeltje over gezondheid, de kinderen, de hobby's ... Dat noem ik service. Wij hebben nog nooit een verpleegster gehad die slechtgemutst binnen kwam. Het hierboven aangehaald verhaal is een reden om "Dank u wel" te zeggen, driemaal zelfs. Niet alleen de medewerkers van het Wit-Gele Kruis, maar ook zelfstandige verpleegkundigen, mensen van het Rode Kruis, verplegers in een ziekenhuis en in rusthuizen, verdienen een dikke pluim. Niet te vergeten de vrijwilligers die helpen in het Lokaal Dienstencentrum, in rusthuizen, de Handicar, de Minder Mobielen Centrales of elders. Met de glimlach en een geweldige inzet zijn zij steeds paraat. Ook moet ik nog noemen, mensen van ziekenzorg die regelmatig een bezoekje brengen aan zieken en alleenstaanden. Misschien ben ik er nog vergeten, maar in naam van de vele zieken zeg ik dank, dank, dank en blijf uw werk doen. Wij zijn er u allen dankbaar voor en dit namens vele mensen.



VERHALEN DOOR JULLIE

Essen als belangrijk goederenstation

Essen was niet alleen belangrijk als station voor reizigers die over de grens wilden, maar het was ook belangrijk als rangeerstation. Een kleine locomotief- de Koekoek- reed dag en nacht heen en weer om de goederenwagons op het juiste spoor te zetten om zo goederentreinen te vormen. Niet alleen goederen, maar ook levende dieren -vooral voor koeien en paarden- werden per trein vervoerd. Die dieren gingen eerst naar de quarantainestallen waar ze gewogen werden en onderzocht op besmettelijke ziekten. Die beesten stonden soms wel een paar dagen opeengepakt in die wagons met weinig lucht en weinig licht en weinig eten en drinken. Wij hebben soms wel slapeloze nachten meegemaakt door het geloei en getrappel. De quarantainestallen zijn nu een exclusief gesloten woonwijkje. In de Spoorwegstraat woont nog één persoon die geboren en getogen is in het huis waar ze nog altijd woont. Zo goed als alle cafés en winkels zijn er verdwenen.

IrMa



TERUGBLIK VOORBIJE ACTIVITEITEN

Advocaat maken voor de kerstmarkt





Kleuters Moerven De Zwaan

Samen met de kleuters deden de bewoners van Moerven/De Zwaan een pakjes spel.





Nispen Vocaal

Ook dit jaar konden we weer genieten van het optreden van Nispen Vocaal in de grote zaal. Ambiance verzekerd.





Kerst 2023 Moerven/De Zwaen

Ook dit jaar had de kerstman weer even tijd om iedereen een cadeautje te geven.





Optreden band

De vrienden van David kwamen muziek maken in de grote zaal.



Kerstfeest Plankenbrug/Mastenpolder

Ho – Ho – Ho De kerstman is in huis en heeft voor iedereen een kaartje bij met een persoonlijke tekst en een cadeautje





Afscheid Chris Bergmans

Chris is op vervroegd pensioen sinds januari zodat ze voor haar kleinkindjes kon gaan zorgen.

Ze gaf nog een groot afscheidsfeest op 05 januari en trakteerden iedereen op heerlijke zelfgemaakte wafels.

Dat was smullen!





Driekoningenfeest

Vandaag vierden we het feest van de driekoningen.

Er werden verhalen voorgelezen over het ontstaan van de driekoningen



We aten lekkere gebakjes waarvan in 3 van hen een boon verstoppt zat



De boon werd gevonden!



Zo werden 3 van onze bewoners koning van het huis voor een dag



Ze gingen al zingend het huis rond en genoten van hun moment als wijzen



Sjoelen Plankenbrug/Mastenpolder

Met 'n beetje geluk, 'n beetje tactiek, wie behaalt de meeste punten?





Nieuwjaarsreceptie

Nieuwjaarsreceptie in de grote zaal, wij genoten van een drankje en véél hapjes!







Vernissage "Kunstenaar in Huis"



Op dinsdag 13 februari vierden we de feestelijke opening van de tentoonstelling "Kunstenaar in Huis".

Gedurende drie maanden zullen de kunstwerken van Adrienne Goosen en André Geerts tentoongesteld hangen in de lange gang van ons woonzorgcentrum en in het lokaal dienstencentrum de Essentie.

Adrienne en André delen niet alleen hun verblijf in Sint-Michaël en hun initialen, ze delen ook een passie voor beeldende kunst. Vroeger maakten ze deel uit van dezelfde kunstvriendenkring in Essen, waar André ook voorzitter was.

André staat bekend om zijn levendige en gedetailleerde schilderijen van dieren en landschappen. Adrienne betovert ons met haar kleurrijke composities van bloemen en landschappen.



Op deze vernissage was er veel familie voor André en Adrienne, maar ook medebewoners, medewerkers van Sint-Michaël, vrienden van de kunstkring en schepen van cultuur Helmut Jaspers waren aanwezig. Helmut Jaspers sprak, naast dagelijks verantwoordelijke Evy en pastoraal werker Anneleen, de genodigden toe.



Het was een gezellige middag waarbij het rijke artistieke leven van deze twee bewoners centraal stond.

Wij zijn heel dankbaar dat zij hun mooie werken de komende drie maanden willen tentoonstellen in onze gang.

We hopen dan ook dat velen kunnen genieten van de prachtige beelden die heel wat mooie verhalen en herinneringen kunnen oproepen! Geniet ervan!



EEN BLIK OP DEMENTIE

HERINNEREN / HER-INNEREN

Herinneringen... aan zoveel mooie dingen...

Over het belang van herinneringen ophalen voor mensen mét en mensen zonder dementie.

Tijdens de wintermaanden is het van groot belang om met personen met dementie buiten te komen en te bewegen.

Op momenten dat het weer het niet toelaat, kan het **samen herinneringen ophalen** een zinvol alternatief zijn.

Het ophalen van positieve herinneringen kan mensen met dementie helpen om zich te ontspannen. Door het reminisceren kunnen ze afgeleid raken van al het onbekende en daarom beangstigende, om hen heen.

Je neemt ze als het ware mee naar vroeger: naar tijden, plaatsen, mensen, gebeurtenissen die prettige gevoelens oproepen.

Samen herinneringen ophalen zorgt voor een fijn moment samen. Maar herinneringen kunnen méér doen. Ze kunnen je naaste ook activeren en opvrolijken.

Misschien vertelde je naaste vroeger honderduit, maar zorgt dementie ervoor dat ze stiller geworden is. Het bewust ophalen van herinneringen kan helpen om een gesprek op gang te brengen. Als je niet goed weet waar je moet 'beginnen' helpen onderstaande tips je op weg.

Geniet samen van mooie momenten uit het verleden.

Wie weet leiden die momenten wel weer tot nieuwe, onvergetelijke herinneringen.

Algemene tips:

- Iedereen is anders, kijk welke manier je naaste het meest prikkelt.
- Het is beter om regelmatig kort samen herinneringen op te halen dan één keer per week heel lang.
- Krijg je weinig of geen reactie? Probeer het een andere keer gewoon nog eens.



Levensboek maken
Een levensboek is een boek waarin je mooie herinneringen uit het leven van je naaste verzamelt. Het kan een fotoalbum zijn, maar ook een boek met tekst en foto's. Het is een mooi cadeau voor iemand die dementie heeft of voor jezelf om je naaste te helpen bij het herinneren aan het verleden.

TIP 1: Maak een levensboek;

In een levensboek verzamel je mooie herinneringen uit het leven van je naaste. Foto's van familie, de woonplaats, hobby's, lievelingseten, vakanties... Schrijf erbij wat er op de foto te zien is en verwijst naar de herinnering.

TIP 2: Bekijk oude video's;

Bekijk videobeelden van vroeger. Als er geen videobeelden bestaan, bekijk dan samen eens een film van vroeger of een oude serie. Kies iets waar jij en je naaste goede herinneringen aan hebben.



TIP 3: Luister muziek;

Muziek is een mooie manier om contact te maken met je naaste met dementie. Het is goed mogelijk dat liedjes uit zijn/haar jeugd nog in het geheugen staan gegrift. Speel die favoriete muziek af en kijk goed naar wat dit bij je naaste teweegbrengt.

TIP 4: Maak gebruik van geuren;

Ook geuren kunnen helpen om herinneringen te activeren. Bedenk welke geuren je naaste zouden kunnen prikkelen? Breng eens een flesje 'eau de cologne' mee, of een sigaar, een potje boenwas? Het opnieuw ruiken van deze zaken kunnen warme herinneringen oproepen aan een tijd van vroeger.



TIP 5; Digitaal herinneringen ophalen;

Maak gebruik van technische snufjes om het ophalen van herinneringen vorm te geven. Bijvoorbeeld een digitale fotokader. Op de website van het Huis van Alijn kan je heel veel geluidsfragmenten, foto's en filmpjes terugvinden die verwijzen naar vroegere tijden.

TIP 6; Ga op stap;

Maak een wandeling in de wijk waar je naaste als kind woonde, ga nog eens binnen in de kerk waar hij/zij zijn communie deed. Breng een bezoek aan *t kotje der herinneringen* in Kalmthout of *het Gerard Meeusenmuseum* op de zolder van het gemeentehuis in Essen.



Vastenactie 2024: Loop naar de pomp!

We zijn het zo gewoon: je draait het kraantje open, en er komt water uit.

Vervelend als dat niet zo is.

Maar nog vervelender als er maar twee waterkraantjes in heel de provincie Antwerpen zouden staan: eentje in Essen en eentje in Mechelen. Absurd?



Waterkraan Budjala / Congo

Toch is het zo in de gezondheidszone Budjala, in Congo.

Die gezondheidszone, wat groter dan de provincie Antwerpen, heeft twee kraantjes met drinkbaar water, voor ongeveer 170.000 inwoners.

En dat middenin het regenwoud, zonder wegen.

Het gevolg daarvan is dat er veel bewoners ongezuiverd water uit regenplassen en riviertjes drinken. Dat brengt dan weer veel ziektes met zich mee, alsook veel kindersterfte.

In hun extreme armoede dromen de inwoners van Budjala van zuiver water, overigens een wereldwijd erkend mensenrecht.

Het bleef niet bij dromen. In het centrum van de zone hebben ze zelfs al een terrein gekocht. Ondanks hun extreme armoede hebben ze dat bijeen gespaard. En ze hopen op een wonder.

Dat er vroeg of laat een put geboord wordt die zo diep gaat dat er drinkwater uit komt.

De medewerkers, artsen en vrijwilligers van het algemeen ziekenhuis Sint-Maarten in Mechelen ondersteunen al bijna 20 jaar de gezondheidszone van Budjala met een jaarlijkse gift van 14.000€.

Daarmee worden de 80 verpleegsters en 10 artsen (voor dus 170.000 mensen) gevormd, krijgen zij een premie bovenop hun onleefbaar staatsloon, worden medicijnen betaalbaar gemaakt en kunnen het ziekenhuis en de 13 gezondheidscentra een kwalitatieve basiszorg aanbieden.

Met onze vastenactie willen wij hun droom helpen waarmaken. **Samen met Sint-Maarten proberen we 16.000€ bijeen te sparen, nodig voor de putboring en de controles van het water.**

Met onze bijdrage zullen dus ongeveer 17.000 mensen van zuiver water kunnen genieten.

Dan zal 'loop naar de pomp' iets positiefs betekenen!

Wees welkom op onze vastenactie in Sint-Michaël.

Een heus frietfestijn op woensdag 6 maart 2024!

FRIETJES VOOR HET GOEDE DOEL

Woensdag 6 maart
Grote zaal
tussen 14u00 en 17u00

FRIET + SAUS
+ CURRYWORST
= 5 EURO

Opbrengst wordt geschonken aan de
actie 'Loop naar de pomp'



't Bazaarke

Openingsuren
maart en april 2024

7 + 21 maart om 10:30u

4 + 18 april om 10:30u

speciale wensen ?

geef ze door aan de receptie !



21 maart : met Pasen in het vooruitzicht,
speciale aankopen die dag

Kom dat zien !

Domeinvergadering

Hotelzorg en Participatie bewoners

Het wonen in een woonzorgcentrum : *een THUIS creëren*

Wij willen iedereen die interesse heeft uitnodigen op ons eerste

Babbelcafé.

Deze gaat door in het lokaal vooraan in ons wzc :

het Lokaal Dienstencentrum op 14 maart 2024 omstreeks 14u.

We willen graag van jullie horen hoe jullie de sfeer aan tafel ervaren :

*“hoe kunnen we het gezellig maken zodat jullie
goesting krijgen om te eten !”*



Komen jullie ook?

EUCARISTIEVIERINGEN

Vieringen in Maart en April

Hier kan u een overzicht vinden van de vieringen voor de komende twee maanden.

De wekelijkse eucharistieviering gaan door op maandag om 10.30u in de grote zaal

MAART

Zondag	3 maart	10.00u	TV NPO2	Eucharistieviering op TV
Maandag	4 maart	10.30u	Grote zaal	Eucharistieviering
Zondag	10 maart	10.00u	TV VRT1	Eucharistieviering op TV vanuit Scherpenheuvel
Maandag	11 maart	10.30u	Grote zaal	Eucharistieviering
Zondag	17 maart	10.00u	TV NPO2	Eucharistieviering op TV
Maandag	18 maart	10.30u	Grote zaal	Eucharistieviering
Zondag	24 maart	10.00u	TV VRT 1	Eucharistieviering op TV
Maandag	25 maart	10.30u	Grote zaal	Eucharistieviering PALMZONDAG
Witte Donderdag	28 maart	10.30u	Grote zaal	Woorddienst WITTE DONDERDAG
Goede Vrijdag	29 maart	15.00u	Grote zaal	KRUISWEG
Zondag	31 maart	11.00u	EUROVISIE	Eucharistieviering op TV PASEN

APRIL

Maandag	1 April	10.45u	Grote Zaal	PAASVIERING
Zondag	7 april	10.00u	TV VRT 1	Eucharistieviering op TV BELOKEN PASEN
Maandag	8 april	10.30u	Grote Zaal	Eucharistieviering
Zondag	14 april	10.00u	TV NPO 2	Eucharistieviering op TV
Maandag	15 april	10.30u	Grote Zaal	Eucharistieviering
Zondag	21 april	10.00u	TV VRT 1	Eucharistieviering op TV
Maandag	22 april	10.30u	Grote Zaal	Eucharistieviering
Zondag	28 april	10.00u	TV NPO 2	Eucharistieviering op TV
Maandag	29 april	10.30u	Grote Zaal	Eucharistieviering



PASTORALE WEETJES

DE GOEDE WEEK



Terwijl de lente haar intrede doet en de zonnestralen onze harten verwarmen, brengen we samen de Goede Week door, een tijd van reflectie en bezinning. In onze gezamenlijke reis door deze bijzondere week willen we stilstaan bij de betekenis van elke dag en de rijke tradities die ermee verbonden zijn.

Palmzondag - Een dag van hoop:

Laten we beginnen met Palmzondag, waarop we de intocht van Jezus in Jeruzalem herdenken. In onze eigen vieringen zouden we kunnen denken aan momenten van hoop, vreugde en de verwelkoming van positieve energie in ons leven. Iedereen is welkom in de eucharistieviering op maandag op een Palmtakje in ontvangst te nemen.

Witte Donderdag - Een viering van verbondenheid:

Op Witte Donderdag herdenken we het Laatste Avondmaal. Deze dag gebruiken we om verbondenheid te vieren, door een mooi moment van samenzijn. Laat de kracht van gemeenschap ons hart verrijken.

Goede Vrijdag - Een dag van reflectie:

Op Goede Vrijdag staan we stil bij het lijden en de kruisiging van Jezus. Laten we deze dag gebruiken voor persoonlijke reflectie, waarbij we misschien herinneringen delen die ons hebben gevormd en momenten van troost vinden bij elkaar. U bent welkom voor de herdenking van de kruisweg om 15.00u.

Stille Zaterdag - Een tijd van verwachting:

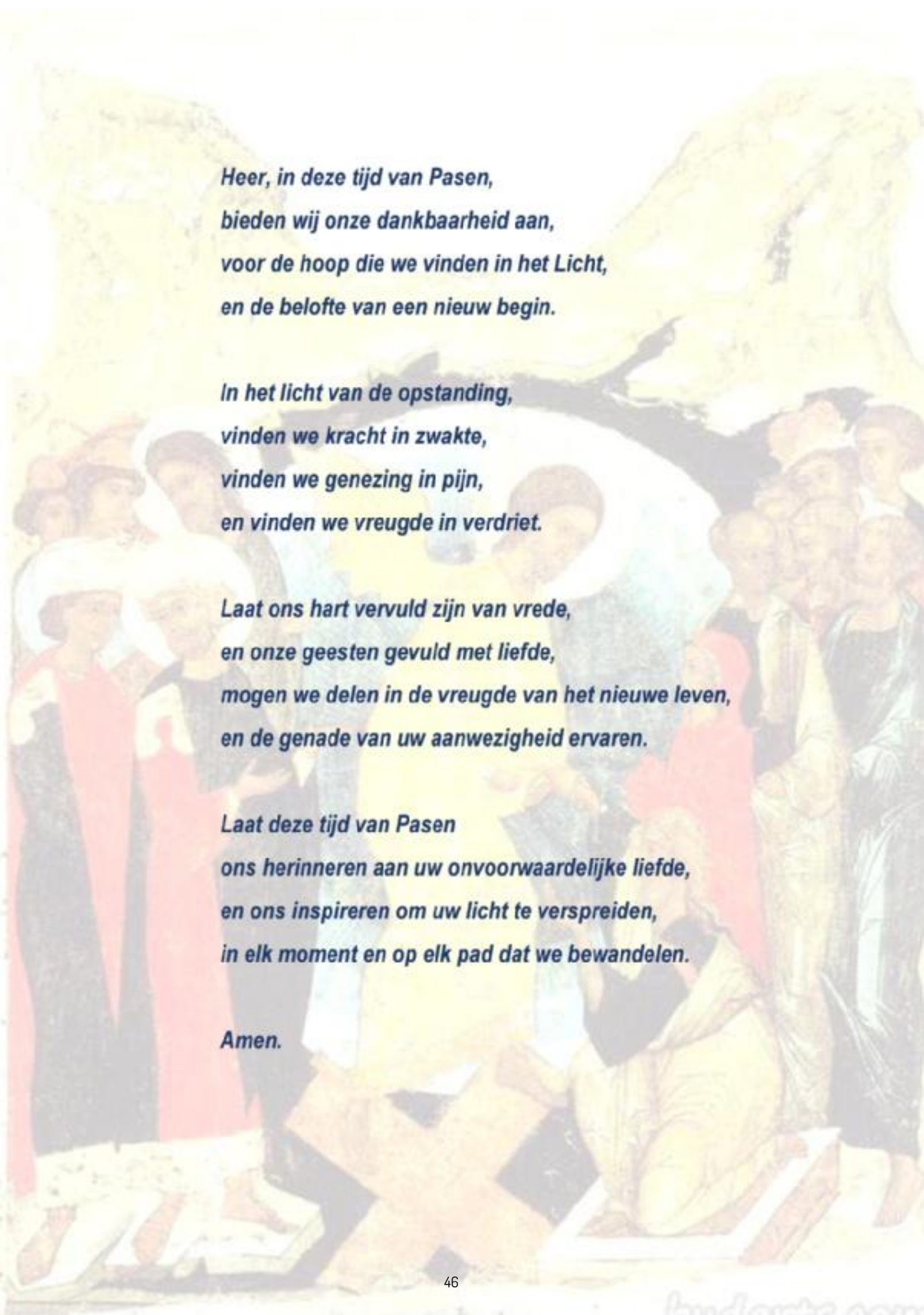
Stille Zaterdag is een periode van wachten en verwachten, vergelijkbaar met de stilte voor de zonsopgang. Laten we deze dag omarmen als een kans om te anticiperen op de vreugdevolle momenten die voor ons liggen. Wellicht kunnen we samen terugblikken op vreugdevolle herinneringen en hoopvol uitkijken naar de toekomst.

Pasen - Een viering van nieuw leven:

Ten slotte vieren we Pasen, de dag van de opstanding en nieuw leven. Laten we deze dag vullen met vreugde, het delen van verhalen over veerkracht en een gevoel van vernieuwing in ons hart. Laat de kleuren van bloemen en eieren ons herinneren aan de prachtige kansen die het leven ons biedt.

Op Paasmaandag komen we graag samen voor de eucharistieviering voor Pasen.

In onze gezamenlijke leefwereld van vriendschap en herinneringen, willen we deze Goede Week beleven als een periode van verdieping, gemeenschap en liefde. Moge deze dagen ons hart verlichten en onze verbondenheid versterken.



*Heer, in deze tijd van Pasen,
bieden wij onze dankbaarheid aan,
voor de hoop die we vinden in het Licht,
en de belofte van een nieuw begin.*

*In het licht van de opstanding,
vinden we kracht in zwakte,
vinden we genezing in pijn,
en vinden we vreugde in verdriet.*

*Laat ons hart vervuld zijn van vrede,
en onze geesten gevuld met liefde,
mogen we delen in de vreugde van het nieuwe leven,
en de genade van uw aanwezigheid ervaren.*

*Laat deze tijd van Pasen
ons herinneren aan uw onvoorwaardelijke liefde,
en ons inspireren om uw licht te verspreiden,
in elk moment en op elk pad dat we bewandelen.*

Amen.

WEEK VAN DE VALPREVENTIE

Markeer alvast 22 tot en met 28 april 2024 in je agenda, want dan organiseren we de 13de Week van de Valpreventie.



Ook dit jaar draait tijdens de Week van de Valpreventie alles om beweging, met in het bijzonder **regelmatig wandelen**.

Zo veel mogelijk oudere personen, mantelzorgers, familie, gezondheids- en welzijnswerkers en lokale besturen in Vlaanderen en Brussel zetten zich hiervoor in.

Op jullie activiteitenplanning van deze bewegingsweek vinden jullie de specifieke activiteiten terug die we hieromtrent organiseren.

Hou dit zeker mee in de gaten.

Samen gaan we voor "veilig bewegen"!



ESSEN VROEGER EN NU...Isabelle Verschueren

Opgetekend door Laureen de Bres – Noordernieuws



Isabelle Verschueren (82) werd in Leugenberg, Ekeren geboren. Haar vader werkte voor de stad Antwerpen in de haven, waar hij schepen loste. Haar moeder zorgde voor het gezin en ging hier en daar poetsen. Ze heeft twee zussen, haar ene zus was kleuteronderwijzeres, de andere werkte bij Katoen Natie en woont nu in Spanje.

Van kleding naar brood.

“Tegenover ons huis was de lagere school, dus we hoefden niet ver te gaan”, vertelt Isabelle. “Na de lagere school ging ik naar ‘Snit en naad’ en leerde daar kleding maken. Dat heb ik twee jaar gedaan en deed toen de vervolgopleiding op Antwerpen Dam. Die heeft mijn tante ook gevolgd en zij is naaister geworden. Op mijn achttiende kwam ik van school en ben bij de bakker naast ons huis gaan werken. Dat vond ik leuk en maakte zelf ook diverse soorten brood en gebak voor de winkel.”

Eigen bakkerij

“Er werkte daar een heel leuke man, Remy Elst uit Essen. Ik vond hem zo leuk dat ik met hem getrouwd ben. Dat was op 11 april toen ik 21 was, ik wilde namelijk niet voor mijn 21ste trouwen. Een nicht van me had dat wel gedaan en in haar trouwboekje stond ‘minderjarige dochter’ en dat wilde ik niet. Na onze trouw zijn we zelf een bakkerij in Ekeren begonnen. In dat pand zat eerst een loodgietersbedrijf, dus we hebben het helemaal aan moeten passen met een oven en broodmachines. Wij woonden er boven en mochten twee kinderen krijgen, een jongen en een meisje.”

Van Ekeren naar Essen

“In 1992 zijn we met de bakkerij gestopt en gingen met pensioen. We zijn naar de Violetlaan in Essen verhuisd, waar we een stukje grond hadden gekocht en een huis hebben gebouwd. Ik miste de mensen, de klanten, heel erg, maar dat word je na een poosje gewoon. We gingen soms naar mijn zus, die had een café op de markt in Ekeren. Hier in Essen kwamen we wel bij de Bostella. Elk jaar gingen we naar de zee, mijn ouders hadden daar een chaletje waar we dan bleven en soms deden we een busreis. Het verste dat we zijn geweest was Duitsland, want mijn man ging niet graag op vakantie, dus dat deden we dan ook niet.”

De winkel naast Onder Den Toren

“Onze boodschappen deden we bij de Aldi in Essen en de winkel naast Onder Den Toren. Als we samen gingen namen we de auto, zelf ging ik met de fiets, want ik heb geen rijbewijs. We hebben diverse honden gehad. Mijn man wilde graag een grote hond, maar dat heb ik altijd tegen kunnen houden, want daar ben ik bang van. Naarmate we ouder werden, werd het onderhoud van de tuin te zwaar en zijn we verhuisd naar een serviceflat in de Maststraat.”

Verhuizing naar Sint-Michaël

“Mijn man werd ziek en kreeg daarbij zware diabetes, op zijn 86ste is hij overleden. Ik ben toen in de flat blijven wonen, want ik woonde daar graag. Ik had echter steeds meer zorg nodig en ik val gemakkelijk, maar onze kinderen wonen te ver uit de buurt om die om hulp te vragen. Dus nadat ik weer eens was gevallen, heb ik me ingeschreven in Sint-Michaël. Ik heb niet lang moeten wachten en woon hier nu acht maanden. Ik ben erg makkelijk en was snel gewend. Ik kende hier al veel mensen, omdat mijn man en ik hier alle dagen kwamen eten. Het bevalt me hier prima, ik ga turnen, doe geheugentraining en neem deel aan allerlei activiteiten.”

Essen vroeger en nu

“Het verkeer is af en toe echt heel erg en er wordt veel te hard gereden, ook bij scholen. Helaas is de Carrefour op Heikant weg en de Spar is een stuk verder. Ik heb een rolstoel en een rollator, maar de stoepen zijn hopeloos! Je komt maar heel moeilijk en met veel moeite vooruit. De mensen waren en zijn erg vriendelijk.”

ESSEN VROEGER EN NU...Jeanneke van Loon

Opgetekend door Laureen de Bres - Noordernieuws



Jeanne Van Loon (95) werd in Essen-Hoek geboren, in de Grensstraat die we tegenwoordig kennen als de Moerkantsebaan. Haar vader was zelfstandig en had een houthandel achter het station.

Elf kinderen

“We waren thuis met elf kinderen, drie jongens en acht meisjes”, vertelt Jeanne. “We speelden altijd in onze grote hof, want dat had mijn moeder het liefst. Mijn oudste zus is al vroeg in het klooster van de Franciscanessen gegaan. Mijn broers gingen op de fiets naar de diverse locaties om hout te kopen, dat bij mijn vader werd gebracht. We zijn opgegroeid met muziek en ik kon goed piano spelen.”

Oorlog

“Toen ik twaalf was brak de oorlog uit. In Woensdrecht stond een sirene en als die ging moesten we de kelder in, waar we sliepen om te schuilen. Als het weer veilig was, klonk er een ander signaal. We hoorden veel vliegtuigen en ook vallende bommen. Al onze ramen waren kapot en deuren hingen scheef. Mijn broers hadden palen onder het plafond gezet, zodat bommen er op af zouden ketsen. Vlak bij ons woonde een boer waar we eieren en melk mochten halen en op Hoek waren een paar winkeltjes, dus we hadden altijd wel wat te eten.”

Kinderen verzorgen

“Ik ging tot mijn veertiende naar school in Hoek en wilde later graag kleuterleidster worden, maar dat wilde mijn moeder niet. Ze wilde dat ik naar Mariaberg ging om te leren naaien, zodat ik in ons gezin kon helpen en daarnaast wat bijverdienen. Dat heb ik vier jaar gedaan. Toen kwam er iemand bij ons langs en of vroeg of iemand van ons goesting had om voor de kinderen van een minister te zorgen in Mechelen.

Dat wilde ik graag doen! Om er te komen nam ik de trein naar Antwerpen en vandaar naar Mechelen. Ik bleef er van maandag tot en met vrijdag, negen jaar lang. Ik hield veel van die kinderen en zij van mij.”

Ik zal hem goeiendag zeggen

“Een werkvrouw zei daar tegen mij: ‘In het kantoor werkt een man en ik zal hem goeiendag zeggen van u.’ Ik zei dat ik dat niet wilde, want hij kende me niet. Ze antwoordde ‘Toch doe ik het en zal zeggen dat u vanavond naar Hoek vertrekt en dat hij aan het station moet staan.’

Inderdaad stond hij daar en sprak me aan. Ik zei dat ik de trein moest nemen, hij antwoordde: ‘Ik heb een Panhard en kom zondag naar Hoek.’ Toen we trouwden was ik 38 en hij 39. We hebben helaas geen kinderen mogen krijgen, maar omdat ik zolang voor kinderen had gezorgd, was ik content. We gingen vaak op vakantie naar Oostenrijk, daar kwamen we graag.”

Conciërge bij een baron

“Een nicht van mijn man kwam regelmatig bij een baron en vroeg of we daar conciërge wilden worden. Dat hebben we gedaan en woonden in een deel van het huis. Daar zijn we dertien jaar gebleven en ik zorgde voor de kleinkinderen van de baron. Na dertien jaar gingen we met pensioen en verhuisden we naar een dorpje bij Mechelen. Mijn man overleed toen hij 82 was. Ik ben er daarna nog negen jaar blijven wonen.”

Terug naar Essen

“Mijn jongste zusje belde op en vroeg of ik naar Essen kwam. Zij had al die tijd voor onze broers en zussen gezorgd en woonde nog steeds in het huis van onze ouders. Ik zei dat ik erover na wilde denken. Uiteindelijk besloot ik weer naar Essen te komen en ben bij mij zusje ingetrokken. We hebben altijd prima overeengekomen, dus dat ging goed.

Daar heb ik acht jaar gewoond. Toen ben ik een keer gevallen en heb in de kliniek gelegen, waarna ik weer naar huis ging. Maar in verband met de verzorging was het beter als ik naar Sint-Michaël verhuisde.”

Verhuizing naar Sint-Michaël

“Op 21 december ben ik naar Sint-Michaël verhuisd. Om te beginnen woonde ik in de gesloten afdeling, omdat er nog geen kamer vrij was, maar na drie weken kreeg ik mijn eigen kamer. Ik ben erg tevreden, ik ben sowieso altijd een tevreden mens geweest, als kind al. Het is hier goed en de mensen zijn vriendelijk.

Essen vroeger en nu

“Vroeger waren er veel kleine winkeltjes en recht tegenover de kerk in Hoek was een café. Onze boodschappen deden we in Essen. Er komen tegenwoordig veel mensen en auto's over de grote baan en er staan veel appartementen tegenover de kerk. Daar stond een mooie woning, maar die is afgebroken voor de appartementen, waar veel jonge mensen wonen.”

ESSEN VROEGER EN NU...Jos Uytdewilligen

Opgetekend door Laureen de Bres - Noordernieuws

Jos Uytdewilligen (92) is geboren in Over d'Aa op nummer 272. Hij heeft drie broers en vier zussen. Zijn vader was landbouwer en had zijn eigen bedrijf, zijn moeder zorgde voor het gezin.



Twaalf man aan tafel

“Een grootmoeder en tante woonden bij ons in, elke avond zaten we met twaalf man aan tafel”, herinnert Jos zich. “Ik was de oudste van de jongens, mijn zussen waren ouder. Mijn vader was vaak ziek en lag een keer zes weken in het ziekenhuis in Antwerpen. Mijn moeder ging er elke dag op de fiets naar toe.”

Altijd al boer willen worden

“Ik ging naar de jongensschool in Horendonk en heb daar tot mijn dertieneneenhalf jaar gezeten. Daarna ben ik thuis gebleven en in het bedrijf van mijn vader gaan werken, omdat ik de oudste was en hij zo vaak ziek. Ik wilde altijd al boer worden en werkte vanaf mijn zevende al mee in het bedrijf en reed toen al met een kar met twee paarden. Uiteindelijk heb ik het bedrijf van mijn vader overgenomen. Op school heb ik wel leren schrijven en lezen, maar kan het niet goed. Een broer van me heeft gestudeerd en me later met al het papierwerk geholpen.”

Oorlog

“Toen ik tien jaar was is de oorlog uitgebroken. Onder ons huis was een grote, geweldde kelder waar we gingen schuilen. Onze burens vroegen of ze er ook bij mochten. We hebben daar toen een week of vier met 36 mensen geschuild, zonder elektriciteit. Een broer en zus maakten op de werf wat eten dat ze binnen brachten, maar er was niet zoveel. We hadden wel vlees van een varken dat we geslacht hadden en bakten zelf brood. Onze behoefte deden we op emmers, die we buiten leeg kaptten.”

Alles was kapot

“Het was een enorme miserie. Er waren kleine kinderen bij, die die weken niet naar buiten konden, ik vanzelfsprekend ook niet. Alles was kapot in de straat en de kerk was gebombardeerd. Een andere boer had een grote schuur waar toen twee jaar de mis werd opgedragen, tot de kerk heropgebouwd was. Die schuur was naast een paardenstal en tijdens de mis hoorde je de paarden tegen de planken trappen.”

Oude mensen en kinderen

“Op een gegeven moment kwamen er Duitsers, die onze boerderij in brand wilden steken. Mijn vader zei: ‘Dat kan toch niet!’ en liet zien dat er binnen zes oude mensen en kleine kinderen waren. Toen hebben ze het niet gedaan, maar andere boerderijen wel. Na die eerste periode hebben we nog weinig van de oorlog gemerkt, op alle vernielingen en inslagen van V2 bommen na.”

Mijn ouders hoorden thuis

“Ik heb leuke meisjes ontmoet, maar die zeiden dan tegen me: ‘Al die oude mensen, blijven die daar wonen? Daar wil ik niet bij gaan zitten!’ en zo bleef ik alleen, al heb ik daar geen moeite mee gehad. Mijn ouders hoorden thuis en ging ik niet naar een bejaardenhuis doen. Toen ik zeventig was heb ik de boerderij verkocht en heb een nieuw huis gezet in Over d’Aa.”

Groente verbouwen en biljarten

“Daar verbouwde ik mijn eigen groente, dat ik gratis uitdeelde, en ging veel biljarten, dat heb ik tot mijn negentigste gedaan. Er waren vroeger negen cafés in Horendonk, nu in hoofdzaak nog eentje, want de Gaffel is niet zo vaak open. Ik ging altijd naar De Arabieren, maar kwam ook wel in De Meeuw, nu nog trouwens, net als in het Volkshuis.”



Groente verbouwen en biljarten

“Daar verbouwde ik mijn eigen groente, dat ik gratis uitdeelde, en ging veel biljarten, dat heb ik tot mijn negentigste gedaan. Er waren vroeger negen cafés in Horendonk, nu in hoofdzaak nog eentje, want de Gaffel is niet zo vaak open. Ik ging altijd naar De Arabieren, maar kwam ook wel in De Meeuw, nu nog trouwens, net als in het Volkshuis.”

Gescheurde pees

“Tot mijn 87ste heb ik autogereden, toen ging dat niet meer zo goed en ben ik ermee opgehouden. Ik heb drie auto's en drie tractors versleten, allemaal Fords. Biljarten doe ik niet veel meer, ik ben een keer gevallen en heb mijn schouder ernstig bezeerd. Ik kwam van de mis en ben op de trap uitgegleden en toen is er een pees gescheurd. Elf maanden kinesist, heel erg pijnlijke behandelingen, die me bovendien nog veel geld hebben gekost. Daardoor lukt biljarten niet meer, ik probeer het hier nog wel, maar echt goed lukt het niet meer.”

Verhuizing naar Sint-Michaël

“Op een keer moest ik 's nachts naar de wc, maar dat ging niet meer, ik kon de wc niet meer binnen. Ik zei: 'Het is genoeg, ik ga naar het rusthuis.' en heb me ingeschreven bij Sint-Michaël. Mijn burens en familie zeiden: 'Doe het niet, wij zorgen wel voor je.' Dat was goed bedoeld, maar dat gaat niet. Die hebben hun eigen leven en zorg voor hun kinderen. Na de inschrijving heb ik vijftig weken moeten wachten, maar een maand geleden ben ik verhuisd. Er zijn hier veel mensen die ik al kende, dus wennen was geen probleem. Het is hier heel goed, het eten erg lekker met allemaal verse producten. Je wordt hier echt verwend met allerlei lekkers. Ik heb totaal geen spijt van mijn beslissing en zou niet meer terug willen.”

Essen vroeger en nu

“Er zijn niet veel cafés meer en er is veel voornaam volk gekomen, vroeger waren het hier allemaal boeren. Vroeger had je wedstrijden, wie de mooiste koe had bijvoorbeeld of het mooiste paard. Het verkeer is veel drukken geworden. Essen is erg gegroeid, maar de mensen zijn helaas ook anders geworden en van de kermissen is niet veel over.”

WAT STAAT ER OP DEN ALMENAK?

Dag van de aarde

De Dag van de Aarde vindt al meer dan 50 jaar plaats op 22 april. De dag werd in 1970 in het leven geroepen in de Verenigde Staten door de toenmalige Amerikaanse senator Gaylord Nelson. Het doel was om aandacht te vragen voor de milieuproblemen die de planeet bedreigen.

Op de Dag van de Aarde wordt er op een positieve manier aandacht gevraagd voor de wereldwijde problemen rondom natuur, milieu en klimaatverandering. Het idee is dat we die dag genieten van al het moois dat de aarde te bieden heeft en ons op die manier bewust worden van het belang van de aarde.

Zoals al genoemd, is de Dag van de Aarde bedoeld om aandacht te creëren voor milieuproblematiek en mensen te stimuleren om hun koopgedrag te veranderen. Ons milieu wordt vervuild door chemicaliën, plastic afval en broeikasgassen. Als iedereen een aantal tips opvolgt, kan dat absoluut een verandering teweeg brengen voor onze natuur.

Wie bewuster leeft, helpt om onze planeet en het milieu te beschermen.

Weet wat je koopt en waar het vandaan komt.

Als je voedsel koopt wat uit de regio en het seizoen komt, bespaar je lange transportafstanden. Het transport van voedsel over lange afstanden vervuult ons milieu door uitlaatgassen en is vaak onnodig. Veel voedsel kan lokaal gekocht worden: hiermee bespaar je niet alleen de afstand, maar ook zijn de producten over het algemeen verser en beter van smaak. Ook stimuleer je hiermee de economie in jouw regio en begrijp je beter waar je geld belandt, in plaats van dat je complexe financiële constructies ondersteunt.

Ga voor biologisch.

Groente en fruit dat geproduceerd wordt op de „normale“ manier leidt al snel tot productie op enorm grote schaal. Dit houdt onder andere in dat allerlei machines, pesticiden en chemicaliën gebruikt moeten worden. Het landgebruik voor dit soort productie leidt tot bodemschade, waar toekomstige generaties last van zullen krijgen. Met „biologische kwaliteit“ bescherm je de aarde en je eigen lichaam.



COLLEGA IN DE KIJKER



Naam: Davina Lerche

Werkzaam als: Teamcoach

Geboortedatum: 13/12/1994

Burgerlijke staat: Alleenstaande

Kinderen: 1 Seth

Hobby's: Winkelen, uiteten met mijn zussen

Huisdieren: Geen, al is mijn zoon soms een klein aapje

Favoriete eten: Paprika in de oven



Favoriete reisbestemming: Waar zon, zee en strand is

Favoriete artiest of groep: Vanalles

Favoriete tv programma: Grays Anatomy, Familie,

Favoriete boek(ske): Zelfzorg van Nina Mouton

Ik heb een hekel aan: Spoeien

Mijn allergrootste wens: Dat mijn kindje gezond blijft en gelukkig is



COLLEGA IN DE KIJKER

Naam: Marijke Jacobs

Werkzaam als: Keuken & Wasserij

Geboortedatum: 5 April 1990

Burgerlijke staat: Getrouwd

Kinderen: 1 Zoon Senne

1 Sterrenkindje Siebe

Hobby's: Zwemmen met het gezin, winkelen

Goei filmpeke in de cinema

Keertje lekker uit eten

Huisdieren: 1 Beagle Woefie

Favoriete eten: Pasta / Frietjes

Favoriete reisbestemming: Madeira , Center Parcs of naar zee met het gezin.





Favoriete artiest of groep: Jan Smit, Metejaar , Niels Destadsbader

Favoriete tv programma: Familie / Thuis / Blind Getrouwd

Ik heb een hekel aan: Geen vertrouwen

Mijn allergrootste wens: Samen met het gezin en de familie gelukkig blijven



GENIET VAN JE PENSIOEN...Sonja van der Kaa

Wanneer ben je bij St. Michaël beginnen werken?

Sinds juli 2020 werk ik in het WZC Sint-Michaël. Deze functie gaf mij een betere combinatie voor werk, gezin en zorg voor mijn zieke moeder. Omdat er familie woont in Essen kwamen we regelmatig voorbij het WZC gereden en van het één kwam het ander.



Op welke afdeling werkte je?

Daar ben ik dan gestart op de afdeling kinesithérapie, KEA met als teamcoach Evelyne, met collega's kinesisten Mieke en Herman en sinds januari 2022 ook Ruud.

Wat was je functie en wat waren je taken?

Mijn functie is kinesiste van afdeling 1 Mastenpolder/Plankenbrug, begonnen met teamcoach Nancy en daarna Davina. Voor alle bewoners verantwoordelijk voor het kinesitherapeutisch onderzoek en behandeling, aandacht voor gangrevalidatie, valpreventie, functionele revalidatie, sarcopenie. Daarnaast ook voor het ganse huis de bewoners stimuleren tot bewegen via het groepsturnen, actief zijn in de beweegtuin, info en oefeningen geven voor sarcopenie, bewegingsactiviteiten voor het ganse huis.



Wat is je leukste herinnering aan St. Michaël?

Mijn aangename en leuke herinneringen liggen in kleine dingen, in warme contacten met de bewoners en hun familie. Eenvoud, liefde en gastvrijheid zoals de zusters van Berlaar het verwoorden, zijn voor mij ook belangrijk, proberen elke patiënt of bewoner te aanvaarden, begrijpen, hem of haar gewoon graag zien, in overleg met hen zo goed mogelijk proberen te helpen en telkens ook bereikbaar zijn voor de familie.

Heb je nog een grappig verhaal over iets dat je hier hebt meegemaakt?

Een grappig verhaal is voor mij de bezoeken van mijn kleinzoon Lars aan Sint-Michaël, hoe hij het werkgebied van zijn bomma ervaart, dat is mee sporten in de kinezaal, ontdekken wat de bewoners daar allemaal doen, is mee in de keuken gaan kijken met de baas van de keuken Herwig, is met de rolstoel meerijden naar de kamers om naar het grote visaquarium te gaan kijken, snoepjes krijgen van lieve dames, in de beweegtuin alles mee gaan proberen, meedoen met de volksspellenamiddag en zelfs niet naar huis willen, zo een avontuurlijke plaats met veel te zien en te ontdekken.



Wat zal je zeker bijblijven?

Wat me zeker zal bijblijven is de warme ontvangst van mijn KEA collega's, je welkom te voelen, ook de inzet en bereidheid van alle medewerkers van directie, teamcoach, verpleging en verzorging, keuken, wasserij, de onderhoudsploeg, administratie om steeds aanspreekbaar te zijn en te helpen wanneer ik hulp nodig had.

Hoe ga je de tijd die nu vrijkomt invullen?

Op 1 mei 2024 ga ik dus op vervroegd pensioen. Mijn laatste werkdag zal 11 april 2024 zijn. Daarna zal mijn leven nog steeds goed gevuld zijn, meer tijd voor het gezin en familie, voor vrienden hier en in het buitenland, natuurlijk nog steeds twee dagen per week opvang kleinzoon Lars die momenteel al 5 jaar is, rondtrekken samen met mijn echtgenoot Jan en dit met onze caravan en Vito camper naar zee, Ardennen, mooie natuurgebieden, schilderwerken aan ons huis, werken in de tuin, sporten, muziek, dans,...



Aan alle collega's, bewoners, familie van bewoners bedankt voor de mooie vier jaren in Sint-Michaël, het gaat jullie goed, zeker tot ziens!!!

Sonja van der Kaa

GENIET VAN JE PENSIOEN...Jo Koninckx



Nadat ik ben afgestudeerd als verpleegkundige, heb ik in het ziekenhuis gewerkt op de afdeling intensieve zorgen en spoedgevallen. Nadat mijn kinderen geboren waren, heb ik verschillende jaren in nachtdienst gewerkt om gezin en werk te kunnen combineren.

Op 1 maart 1997 ben ik in wzc St. Michaël beginnen werken als verpleegkundige op de afdeling Vreenberg/Boombos. Op deze afdeling ben ik gebleven tot oktober 2023, de laatste +/- 15 jaar als teamcoach. Daarna ben ik een dag minder gaan werken en werd mijn hoofddoel referent Belrai en stagementor.

Gedurende al die jaren die ik hier werkte, heb ik ook veel zien veranderen : voorbeeld de komst van de computer. Het heeft zeker zijn voordelen, maar tijds winst heeft het ons niet gebracht. De coronaperiode, meer bepaald de 'uitbraak' hier in huis, is een tijd die we nooit zullen vergeten. Het heeft een diepe indruk op ons nagelaten, zowel personeel als bewoners. Gelukkig konden we er samen vaak over praten; en dat was nodig om het te kunnen verwerken.





Ik heb ook veel mensen zien komen en gaan, zowel collega's als bewoners. Voor mij is het een rijkdom om veel mensen te hebben leren kennen. Ik houd fijne herinneringen over aan het samenwerken met collega's en aan de babbels met bewoners en hun familie.

Ik heb St. Michaël ervaren als een 'warm' huis. 'Respect hebben voor elkaar' staat bij mij hoog op de ladder.



Deze periode ga ik nu achter mij laten, want een volgende fase dient zich aan.
Er komt nu meer tijd vrij voor allerlei hobby's (fietsen, wandelen, koken, lezen, bridgen, wie weet misschien terug schilderen ?) en misschien ontdek ik iets nieuws ?
We zullen ook meer kunnen reizen, dit voorjaar staat Portugal op de planning.
En sowieso is er tijd voor mijn familie, die heel belangrijk is voor mij.
Wij hebben 2 kinderen en schoonkinderen en 2 fantastische kleinkinderen

Er rest mij alleen nog om te zeggen : dankjewel allemaal !



GENIET VAN JE PENSIOEN...Mai Bruyns



Wanneer ben je bij St. Michaël beginnen werken?

Direct nadat ik als sanitair helpster afstudeerde ben ik bij St. Michaël begonnen. Dat was in juli 1977. In '81 ben ik gestopt en in '95 ben ik weer teruggekomen.

Op welke afdeling werkte je?

Ik ben begonnen op de afdeling Moerven/De Zwaen. Toen was Corina daar diensthoofd. Omdat er een babyboom heerste onder het personeel heb ik overal gestaan om de zwangere collega's te vervangen.

Wat was je functie en wat waren je taken?

Ik was sanitair helpster, wat nu "zorgkundige" noemt. Dus mijn takenpakket was de algehele zorg v/d bewoners: wassen, aankleden, bedden opmaken, eten uitdelen en indien nodig maaltijdbegeleiding doen.

Wat is je leukste herinnering aan St. Michaël?

Er is geen speciale gebeurtenis die eruit springt maar wat me zeker gaat bijblijven is de dankbaarheid van de bewoners: de glimlach of de “bedankt hé” als je klaar bent met hun zorg.

Heb je nog een grappig verhaal over iets dat je hier hebt meegemaakt?

Mijn eerste officiële werkdag was 1 juli maar omdat ik de Lourdesreis had gewonnen bij de K.L.J. mocht ik een week later beginnen want die bedevaart had voorrang.

Wat zal je zeker bijblijven?

Ik al die jaren dat ik bij St. Michaël heb gewerkt heb ik héél fijne collega's leren kennen. Die ga ik nooit vergeten.

Hoe ga je de tijd die nu vrijkomt invullen?

Genieten, genieten, genieten...Het idee van “niets moet, alles mag” gaat me een rustgevend gevoel geven.

Mijn man is al met pensioen dus wij gaan veel tijd samen doorbrengen.

We fietsen graag met de nodige terrasjes, uitstapjes doen en ook genieten van gewoon thuis zijn. Den hof vraagt véél werk, maar dat doe ik niet zo graag.

Er lopen ook nog 7 geitjes in de wei. Die gaan zeker meer aandacht krijgen, ze worden graag geknuffeld. Als de kleinkinderen op bezoek komen zeggen ze eerst de geitjes goeiendag en dan ons.

Ik denk niet dat ik me ga vervelen, ik laat het gewoon op me afkomen. Er gaat elke dag wel iets gebeuren dat me gelukkig maakt!

EEN GEDICHT



Sneeuw en ijs
Koud en grijs
Lente in zicht
Meer en meer licht
De zomer komt
De warmte lonkt
Dat hebben we graag
Leef vandaag!

Jan

Januari 2023