

WZC Het Parknieuws: Winter 2021



Het Parknieuws



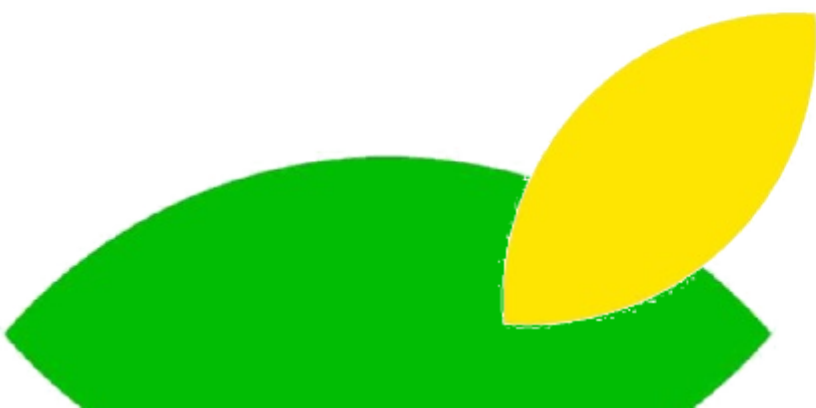


VOORWOORD



Vanaf nu gaan we het coronavirus vergeten en denken we enkel nog aan gezelligheid, warmte en saamenhorigheid. We denken enkel aan gezellige lange wandelingen door de sneeuw en lekkere warme choco achteraf. We denken aan de sneeuwman voor het raam en aan de sneeuwvlokken die smelten op onze huid. We denken aan de kleine, gezellige lichtjes die branden, kaarsen en een open haard. We denken ook aan het coronavaccin dat we gaan krijgen. We vergeten alle zorgen en genieten van...

de wintereditie van Het Parknieuws!





**Vandaag heb ik echt zin in
een kopje gezelligheid,
een lepeltje liefde,
twee klontjes vriendschap
en een wolkje geluk**

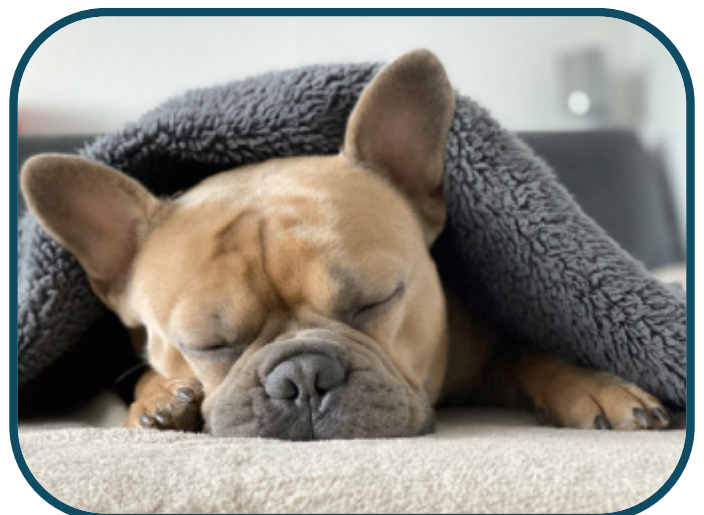


15 tips tegen de winterblues!



Met deze 15 tips kom je met gemak de winter door.

1. Laat de zon haar werk doen. Zodra de zonnestralen je kamer binnenkomen open de gordijnen zo ver mogelijk zodat de stralingswarmte je huis verwarmt. Zodra de zon onder is doe de gordijnen, of nog beter de rolluiken, dicht zodat je de warmte binnenhoudt en de nachtelijke kou buiten.
2. Gebruik warmte die normaal zou verwaaien. Zet de oven open na het gebruik, laat de warmte van de wasdroger en de vaatwasser binnen.
3. Laat niet meteen je hete bad leeglopen. Laat het staan en afkoelen tot kamertemperatuur. De warmte houdt je badkamer aangenaam en het verhoogt de vochtigheid in het huis, waardoor je minder kans hebt op een droge huid en lippen.
4. Lekker ouderwets. Vul een rubberen warmwaterkruik en verwarm je bed ermee of leg hem op je schoot en je zult het de hele avond lekker warm hebben.
5. Knuffeltijd! Heerlijk samen op de bank onder de dekens. Door het delen van de lichaamswarmte blijft iedereen heerlijk warm.



6. Plak aluminiumfolie op een groot stuk karton en zet deze achter de radiatoren. De warmte zal terug de ruimte ingaan i.p.v. verloren gaan aan de buitenlucht.

7. Verwissel couture voor comfort. Trek lekkere loszittende kleding aan die warmte langer vasthoudt en meerdere lagen over elkaar. Een opvlieger zou helemaal ideaal zijn, maar deze krijg je niet op bestelling

8 . Zorg dat je voeten warm zijn. Wanneer je voeten koud zijn is de rest van je lichaam dat ook. Draag sloffen, of op z'n minst sokken. Zorg dat iedereen in huis een paar sloffen heeft.

9. Gebruik vloerkleden op gladde vloeren, het houdt je voeten warmer en isoleert de vloer.



10. Plak ongebruikte ramen en deuren dicht met isolatie tape. Het houdt de tocht buiten en voorkomt warmteverlies.

11. Gebruik flanellen lakens. Ze voelen nooit koud aan, behouden je lichaamswarmte en na een paar wasbeurten voelen ze zo zacht aan, alsof je in de wolken slaapt.

12. Extra dekens op bed, of een elektrische. Drie centen voor een hele nacht warmte van een elektrische deken, een heleboel centen voor een hele nacht centrale verwarming.

13. Programmeer de thermostaat van je centrale verwarming. Laat hem een uur voordat je naar bed gaat al afslaan. En zet hem overdag een graadje lager dan 's avonds.

14. Laat ongebruikte ruimtes dicht zodat je niet hoeft te betalen om deze te verwarmen.

15. Neem een heerlijke kop hete thee, koffie of een hete kop chocomelk!

Bron: vrtnws 18/3/2020



Als de kachel heerlijk gloeit!



**Als de kachel heerlijk gloeit
En de wind om het huis heen loeit
Als de lamp t vertrek verlicht
Sluiten wij de luiken dicht
En dan zeggen we alle vier
Hee, wat is 't gezellig hier.**

**Dikwijls leest va ons wat voor
Moeder naait maar iju'rig door
Zus haakt aan een wollen doek
En ik heb mijn tekenboek
Och wat is 't dan gauw zo laat
Dat alweer de bedklok slaat.**



Onze jarigen!



2 januari: Piet Vliegen
4 januari: Elza Colemont
8 januari: Alda Bosmans
12 januari: Ans Nijssen
13 januari: Lucienne Leys
15 januari: Christiaan Roex
17 januari: Lèneke Segers
18 januari: Mia Neyens
19 januari: Sieke Oosterbosch
20 januari: Mia Claessens (BK)
23 januari: Mathilde Snijkers
25 januari: Yolande Tillieu
27 januari: Anny Janssen
28 januari: Theo Verstraten
31 januari: Mirèse Broens
31 januari: Jeanne Swillens



3 februari: Mia Theuwis
7 februari: Toke Simons
12 februari: Helena Saesen
14 februari: Rik Kenis
16 februari: Mieke Michiels
17 februari: Angèle Heijmans
17 februari: Cap Coolen
17 februari: Pierre Saesen
21 februari: Jos Cuppens

3 maart: Adrienne Paenen
3 maart: Mia Verslegers
12 maart: Lucie Hilven
14 maart: Nelly Bemelmans
18 maart: Gritje Mussen (VH)
22 maart: Rita Daniëls
22 maart: Michel Bossers
23 maart: Anna Hendrixx
24 maart: Maria Broekx
25 maart: Truike Vartmans
27 maart: Lène Kreemers
28 maart: Jè Aegten
30 maart: Astrid Joosten



Interview met Truïke

1. Truïke vertel eens wie je bent in het kort

Ik ben Truïke Vastmans, ik ben geboren op 25 maart 1921 in een arm gezin. We waren met 10 kinderen thuis waarvan er nog 2 leven, een broer die nu 76 of 77jaar is en mijn zus die pas in november 92 of 93 is geworden. Ik ben tot 14 jaar naar school geweest en heb gestudeerd voor naaister. In 1942 ben ik getrouwd met Albert Hendrikx. Mijn man was militair van beroep, hij heeft in de keuken gestaan en is daarna naar de staatschool gestuurd om daar in de keuken te werken. Dit heeft hij gedaan tot aan zijn pensioen. Samen hebben wij 12 kinderen, 22 kleinkinderen en 34 achterkleinkinderen (de 35ste kan iedereen dag geboren worden in Oostenrijk). Mijn man is overleden op 9 april 1993.

2. Hoe voel je u daarbij dat je 100 wordt en bent?

Ik vind het mooi dat ik het mag meemaken want het is toch al een hele ouderdom. Ik heb nooit gedacht dat ik het zou worden. De kinderen die kwamen ieder jaar en vertelde mij dan "ma op naar de 100 "en ik hun telkens maar zeggen "oh daar denk ik nog niet aan", maar nu is het wel heel dichtbij en denk ik er wel aan als ik aan het prakkeseren ben. Dit heeft mij ook nooit iemand gezegd dat ik dit zou worden, ik weet wel dat een paar jaar geleden een nicht van mij ook 100 jaar is geworden.

3. Wat is jouw geheim om 100 jaar te worden?

Haha ik heb veel geheimen. Altijd goed eten, u altijd goed voelen, veel op vakantie gaan. Zo ben ik bijna elk jaar op vakantie geweest naar Spanje en in de jaren 70 samen met mijn schoonzus naar Tunesië. Maar een vaste traditie is een goeie borrel drinken zo heb ik afgelopen zondag nog een lekker glaasje gedronken. Het liefste heb ik een glaasje Porto of advocaat .

4. Wat is de leukste herinnering die je hebt?

Ik heb altijd een mooi leven gehad met veel mooie herinneringen, maar er zijn er 2 die mij altijd bijblijven. De eerste is onze gouden bruiloft waar een groot feest was gegeven en goed gevierd is geworden. De tweede is dat 5 van mijn kinderen binnen de 13 maanden getrouwd zijn. De eerste was mijn dochter Mia in september, dan volgde mijn zoon Pierre in april, hierna volgde mij andere dochter Irene in mei, mijn zoon Henri volgde in juli en als laatste was mijn dochter Denise die is getrouwd in Oktober.

5. Wat is de moeilijkste herinnering?

Mijn zoon Patrick heeft op 3jarige leeftijd een ongeval gehad voor de deur door een gebuur die hem onder de auto heeft gekregen. De dokter die toen in de buurt was heeft hem naar het ziekenhuis gebracht achteraf bleek dat hij een open schedelbreuk had. Tot op de dag van vandaag zie je dat nog altijd. Telkens rond dezelfde periode heb ik het er toch nog moeilijk mee.

6. Wat verwacht je dat er gaat gebeuren op jouw verjaardag?

Zelf heb ik geen verwachtingen en weet ik tot nu toe ook nog van niks. Ik heb wel het gevoel dat ze wat aan het voorbereiden zijn, maar ze blijven het goed geheim houden. Aan de directeur durf ik het ook niet te vragen want dat is wel een beetje raar . Dus we laten het maar op ons afkomen.

7. Wat zijn jou wensen naar de toekomst toe?

Mijn wensen naar de toekomst toe is dat ik nog een tijdje hier mag blijven en gezond mag zijn. Dat ze mij hier goed blijven verzorgen en behandelen. Een andere wens die ik heb is dat mijn kinderen goed bij elkaar blijven en gelukkig blijven, want sommigen zijn al meer dan 20 of 50 jaar getrouwd. Ook wens ik dat mijn kinderen, kleinkinderen en achterkleinkinderen gezond blijven en dat ik iedereen nog eens kan zien en vooral de nieuwe generatie nog mag leren kennen, want door corona ken ik veel achterkleinkinderen niet.



Waarom de sneeuw het sneeuwkllokje geen kwaad doet.

Alles had een kleur, behalve de sneeuw. De aarde was bruin, het gras groen, de rozen rood, de hemel blauw en de zon was van goud. Alleen voor de sneeuw bleef er geen kleur over. De arme sneeuw besloot om aan één van de anderen een beetje kleur te vragen.

Eerst ging hij naar de aarde: "Aarde, mag ik een beetje van jouw bruine kleur?" Maar de aarde sliep en antwoordde niet.

Daarna ging de sneeuw naar het gras en vroeg: "Gras, mag ik een beetje van jouw groene kleur?" Maar het gras was gierig en deed alsof het niets gehoord had.

Toen ging de sneeuw naar de roos en smeekte: "Roosje, alsjeblieft, geef mij een beetje van jouw rode kleur." Maar de roos was erg verwaand en draaide zijn hoofd af.

De sneeuw probeerde het bij de hemel en riep: "Hemel, mag ik een beetje van jouw blauwe kleur?" Maar de hemel was veel te ver weg en hoorde de sneeuw niet.

En zo moest de sneeuw weer verder en vroeg aan de zon: "Zonnetje, mag ik een beetje van jouw gouden kleur?" Maar de zon had het veel te druk met schijnen en had geen tijd om te antwoorden.

En tenslotte vroeg hij aan een klein wit bloempje aan de rand van het bos: "Wit bloempje, mag ik een beetje van jouw mooie kleur?"

En het lieve bloempje antwoordde: "Natuurlijk sneeuw, neem zoveel als je wilt!"

Zo nam de sneeuw een beetje van de witte kleur van de bloem en vanaf dat ogenblik was de sneeuw wit.

Daarom werd het tere bloempje aan de rand van het bos sneeuwkllokje genoemd en het is het enige bloempje, dat van de sneeuw geen last heeft.



Nieuwe bewoners

Een warm welkom aan onze nieuwe bewoners. We zijn er zeker van dat ze zich snel thuis zullen voelen in ons woonzorgcentrum.

Liz Monnens
Nelly Kenis
Mia Janssen
Marie-Louise Daemen
Michel Bossers
Ghislaine Verhoeven
Rooske Poelmans
Joke Damen
Theo Verstraten
Paula Wynen
Pierre Beirnaerts
Caspar Coolen
Liva Moors
Gritje Mussen
José Baeten
Lena Schrijvers
Willem Delbroek
Rosa Rynkens

Finneke Frenken
Dirk Lamberigts
Mia Neyens
Jef Vanaken
Mirèse Broens
Nico Van Zuydm
Jos Cuppens
Adrienne Paenen
Jacky Peeters
Elza Rossaert
Mia Jannis
Mon Saesen
Eugenie Paredis
Anny Janssen
Jè Aegten
Mia Claessens
Jeanne Swillens



Winter

Kopjes warme chocolademelk

dikke dekentjes

mutsjes op en wantjes aan

een warm haardvuurtje

zachte pantoffels

de geur van gebakken koekjes

een pan soep op het vuur

vlokjes sneeuw buiten

Liefs, Winter



Mentorschap

Al enkele medebewoners hebben in 2020 een aanzet gegeven, maar in 2021 gaan we officieel van start met mentorschap.

Iedere bewoner zal een medewerker toegewezen krijgen, die dan zijn/haar mentor is. Je kan het een beetje zien als een meter of peter.

Maar wat betekent dit juist?

Bij jouw mentor kan je steeds terecht, zij kennen jouw voorkeuren en wensen, hobby's, levensverhaal ... kortom alles om je de beste zorgen te bieden. Deze informatie gaan ze verkrijgen door met jou en jouw familie in gesprek te gaan. Maandelijks wordt er een momentje vrij gemaakt om aan jou te vragen hoe het met je gaat, wat je liever anders ziet, of er wordt gekeken als je nog voldoende kleren hebt. We gaan dus extra inzetten op individuele zorg, zorg op maat, zoals ze dat tegenwoordig noemen.

Al deze gegevens worden bijgehouden in jouw dossier. Wil je jouw dossier graag eens inkijken? Dan neemt de mentor jouw dossier tijdens jullie volgende gesprekje mee en geeft hij/zij hier uitleg over. Uiteraard wordt alles in team besproken, want we blijven als team instaan voor jouw goede zorgen. Jullie familie staat hier ook centraal, want zij kennen jullie het beste.

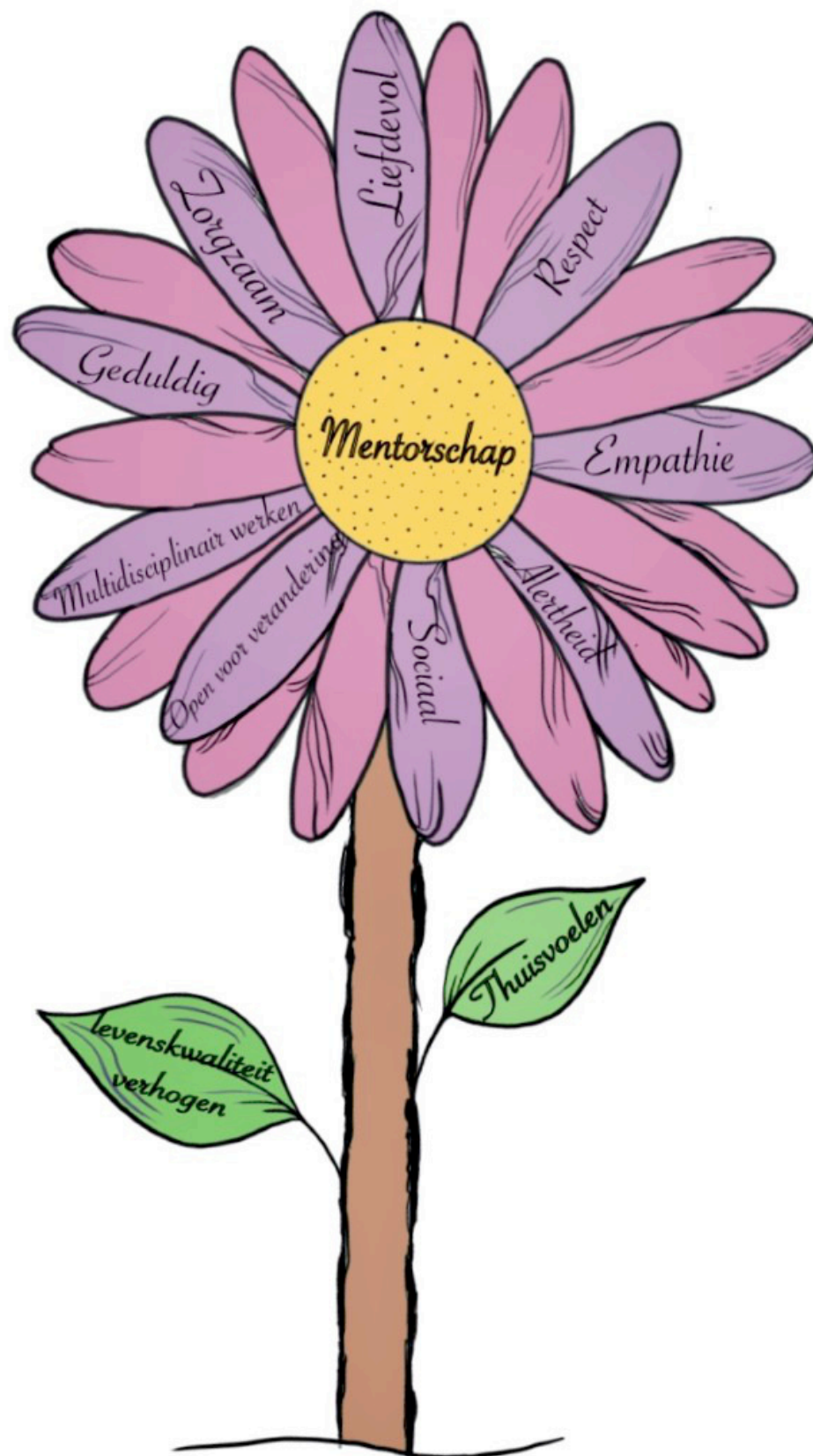
Kwaliteit

In 2021 willen we dus opnieuw erg inzetten op de kwaliteit van jullie leven in ons huis. Door meer zorg op maat te bieden, maar ook door jullie meer kennis en inspraak te geven, willen we deze kwaliteit bekomen.

We vragen natuurlijk ook wat inspanning van u. Dit nieuw project zal niet van vandaag op morgen perfect werken. Integendeel, dit is een doorlopend proces, omdat situaties constant veranderen. Help onze medewerkers bij het uitzoeken van jouw (moeders/vaders) voorkeuren, zodat we samen de beste zorgen kunnen bieden. Heb je een opmerking? Dan horen we deze graag. Samen kijken we wat het probleem is en hoe we dit kunnen aanpakken. Spreek de mentor of het diensthoofd aan en kijk samen naar de mogelijkheden, we komen er zeker uit. Op deze manier kunnen we misverstanden en ontevredenheid voorkomen. Als kwaliteitscoördinator ben ik de coach van dit project. Mij kan je ook altijd aanspreken of mailen stephanie.reisz@integrozorg.eu

Op naar een leuke samenwerking!

Stephanie Reisz
Kwaliteitscoördinator



*Alles wat liefde
krijgt, bloeit!*

WIJ GEDENKEN

We gedenken onze overleden in deze moeilijke periode:

3/06: Magriet Schabon

25/07: Creemers Martin

26/07: Beenders Nieke

23/08: Peeters Anna

25/09: Emma Cardozo

26/09: Henri Segers

2/10: Truike Styven

13/10: Theo Leurs

27/10: Martha Cosemans

10/01: Jeanny Paredis

11/01: Rik Neyens

12/01: Mon Saesen

30/01: Jacqueline Vanratingen

***Bijzondere mensen
sterven niet,
zij gaan wel, maar blijven
toch voor altijd,
het afscheid is definitief
maar de herinnering
onuitwisbaar***



***Begin de dag met een
dانسje
begin de dag met een
lach
want wie vrolijk is in
de morgen,
die lacht de hele dag.***





Voor de kleinkinderen ...





Sfeerfoto's



Ombudsdienst

Elke dag staan alle medewerkers klaar om jou de beste zorgen te bieden (of voor jouw familielid). Wanneer je echter niet tevreden bent over deze zorgverlening, kan je hiervoor steeds terecht bij je mentor of bij het diensthoofd. Samen komen jullie er wel uit.

Heb je toch het gevoel om met iemand anders over jouw bezorgdheden te praten of heb je een opmerking, suggestie of klacht, kan je ook bij de ombudsdienst terecht.

De ombudsdienst kan een melding registreren, of de klachtenprocedure opstarten. Een melding bij de ombudsdienst wordt steeds geregistreerd en opgevolgd. Bij een officiële klacht wordt de directie op de hoogte gebracht en wordt de klachtenprocedure verder gevolgd. In eerste instantie gaan we dus samen in gesprek en luisteren naar jouw bezorgdheid.

In ons huis neemt onze kwaliteitscoördinator, Stephanie Reisz, de taak van ombudsdienst op zich.

Wanneer kunnen we haar bereiken:

- Maandag en dinsdag van 9u-17u
- Donderdag 9-13u
- Of via mail: stephanie.reisz@integrozorg.eu

'Maak een afspraak, de koffie staat klaar.

Liefs,

Stephanie'





Zullen we samen
klimmen?

Zullen we samen
gaan?

Niet alleen vandaag
maar eigenlijk
voortaan!

Jaarthema 2021

Het wordt vast het beste jaar ooit
We bouwen een vliegtuig dat overal naartoe gaat
'K heb je rugzak al aan boord gegooid
Zie je die glimlach die speelt op mijn gelaat
Ik heb een plan en wat dacht je ervan
Stop mijn vliegtuig vol met leuke dingen
Iedereen blij, ik zie het al voor mij
We maken samen leuke herinneringen

We vliegen de hele wereld rond
Park-Airlines komt je halen
En je mag ons met een zoen betalen
Park-Airlines komt je halen
We vliegen de hele wereld rond
Park-Airlines doet je swingen
Als de stewardessjes voor je zingen
Wie je bent of van waar jij ook komt
Met het park vlieg je de wereld rond

Van Tahiti tot in Borneo
we bouwen een vliegtuig dat heel de wereld rondgaat
En van Indiaan tot Eskimo
Onze piloten staan dag en nacht paraat.

Je hoort het, we gaan op wereldreis. We vertrekken in België, gaan dan via Duitsland en Ierland naar Frankrijk. We komen nog in Italië, Spanje, Nederland, Oostenrijk, Hongarije, China, Amerika en eindigen in Kerstland. Gaan jullie mee?

We overnachten in 5-sterren hotels en proeven de lokale keuken. We praten over toeristische trekpleisters. En wees gerust, we sturen wel een kaartje naar de thuisblijvers.

Op de boardingpass kun je telkens zien naar welk land we die maand vliegen.

Dus, kom gerust mee met ons en laat je verwennen op onze wereldreis.



De kunst van
het leven is
thuis te zijn alsof
men op reis is.

Sudoku

		2		7			4	
		8	5				6	
					9			8
	9				1			
						9		
7	3							4
			6	2				1
	5						7	6
	1	3			5			

Oplossing

6	1	3	7	9	5	4	8	2
2	5	9	1	8	4	3	7	6
4	8	7	6	2	3	5	9	1
7	3	1	9	5	6	8	2	4
5	2	6	8	4	7	9	1	3
8	9	4	2	3	1	6	5	7
1	7	5	4	6	9	2	3	8
3	4	8	5	1	2	7	6	9
9	6	2	3	7	8	1	4	5



EVEN LACHEN



Jantje bestelt een pizza bij de pizzeria. 'Wil je hem in 4 of in 12 stukken?', vraagt de pizzabakker. 'Graag in 4, antwoordt Jantje, 'want 12 kan ik er echt niet alleen op.'

Twee slakken zijn aan het wandelen. 'Doei, ik ga hier oversteken', zegt de een. Zegt de andere: 'Nee, niet doen! Morgen komt de bus!'

Twee wc-potten staan naast elkaar. Zegt de ene pot tegen de ander: 'Je hebt daar een vlekje.' Zegt de andere pot: 'Hoe kun jij dat nou zien? Je hebt je bril niet eens op!'

Jantje loopt de winkel in met een ladder. 'Waarom heb je een ladder mee?', vraagt de verkoper. Antwoordt Jantje, 'Voor al die hoge prijzen natuurlijk!'

Een vrouw loopt een kledingwinkel in en vraagt: 'Mag ik die jurk in de etalage passen?' Antwoordt de verkoper: 'Natuurlijk, maar we hebben ook pashokjes hoor!'

Hoe gaan bijen op schoolreis? Antwoord: met de schoolbuzzz....

'Hoe heet je?' 'Bert zonder p.' 'Maar er zit toch helemaal geen p in Bert?' 'Dat zeg ik toch! Bert, zonder p!'





SPREUKEN

Laat los wat voorbij is, wees dankbaar voor wat over blijft en kijk vooruit naar wat er gaat komen.

Nieuw jaar, nieuwe gevoelens, nieuwe kansen, nieuwe dromen, nieuw begin.

Wat aanvoelt als het einde, is vaak een nieuw begin.

In het hart van elke moeilijkheid ligt een kans.

Elke nieuwe dag is een cadeau, klaar om uitgepakt te worden.

Er is een blijven in gaan, een winnen in verliezen en in ieder einde schuilt een nieuw begin.

Als de wind van verandering waait, bouwen sommige mensen muren, anderen bouwen windmolens!

Wat voor moeilijkheden je in het verleden ook gehad mag hebben, je kunt vandaag een nieuw begin maken.

Sluit niet het boek wanneer er vervelende dingen gebeuren in het leven, sla gewoon de bladzijde om en begin een nieuw hoofdstuk!

Misschien nog niet vandaag, misschien nog niet morgen, maar alles komt goed!

