



't Zonneke
WZC Zonnewende
Juni 2024

Inhoud

Voorwoord	3
Column Lorraine	4
Wonen & leven	5
Pastoraal hoekje	6
Bewonersnieuws	10
Maandinfo	13
Valpreventie	16
Puzzelhoekje	17
Activiteiten	19
Standbeeld van de maand	32
Acteur van de maand	34
Vraag van de maand	35
Pret en verzet	36



Voorwoord

Beste bewoner, familie, ...
Beste lezer,

We zitten ondertussen halverwege het jaar. Dat betekent dat de zomer begonnen is, dat er volop toetsen en examens worden afgelegd, dat kinderen reikhalzend uitkijken naar de grote vakantie, dat we genieten van lange en lichte dagen,...
Weet je niet wat doen? Zet je in de schaduw met een verfrissend drankje en neem dit Zonneke er bij.

6 juni 1944 is de geschiedenis ingegaan onder de legendarische naam "D-Day". Deze maand is het 80 jaar geleden dat de geallieerden zijn geland op de stranden van Normandië. Het was het dramatische hoogtepunt van operatie Overlord, het begin van de bevrijding van West-Europa, uit handen van de Duitse bezetter. Lees verderop het artikel en fris je geheugen op.

Standbeeld van de maand is Ambiorix in Tongeren.

Acteur van de maand is de man met de zwoelste stem van Vlaanderen, Herbert Flack.

Vraag van de maand is "Waarom krijg je hoofdpijn van grote happen ijscrème?"

Geniet er van,
Veel leesplezier,



COLUMN LORRAINE



Niet storen

Een zonnige zaterdagmiddag in mei... De boodschappenklus is geklaard, de kookbezigheden zijn achter de rug en de keuken is aan de kant. Manlief wil de lente als een sportieveling aanpakken en gaat fietsen. Dit is het moment. Ik trek de tuin in, nestel mij horizontaal in een verstelbare tuinzetel en geniet van de rust en de stilte. Althans zo had ik het mij toch voorgesteld. Maar vorige week is de buurjongen verjaart en hij kreeg een elektrische gitaar cadeau, waar hij plots duchtig op begint te oefenen. Ach, denk ik. Je moet jonge mensen hun pretje gunnen hé. En inderdaad een kwartiertje later is alle muzikale woede uitgeraasd.

Ik herneem mijn poging tot “stilvallen”, keer mijn gezicht naar de milde lentezon en sluit mijn ogen... Blijkbaar weer verkeerd gegokt. Het grasland vlak achter de tuin is blijkbaar rijp om gemaaid te worden, met een lawaaierige machine. Een mens moet mee met zijn tijd maar ik krijg toch heimwee naar vroeger toen men gras maaide met een zeis. Geluidloos dus. En vermits zien werken, doet werken, beslist de buurman rechts zijn gazonnetje ook maar drie centimeter in te korten. Met een elektrische grasmaaier is dit zo gebeurd.

Ik begin me stilaan af te vragen of ik niets beter te doen heb. Maar kom, nog even volhouden. Dit had ik maar gedacht. De siësta van een andere buur is ten einde en daar draaien verbouwingswerken op volle toeren. Betonmolen, slijp- en boormachines. Dit is het einde. Ik hou het voor bekeken. Mijn man komt thuis, ziet mij liggen en merkt laconiek op: “Jij hebt nogal een leventje hé.”

Ik zwijg, keer de rollen om en stap op mijn fiets. Waar is de tijd van “silence is golden”.

WONEN & LEVEN

Wonen & leven in Zonnewende
Een thuis(gevoel) voor iedereen



Wat is goed **wonen & leven** in een woonzorgcentrum?

Jazeker!

Is dit niet voor iedereen anders?

Net omdat het zo verschillend is willen we hier met bewoners, families, medewerkers, directie,... extra aandacht aan geven!

Deze maand doen we een oproep aan jullie allemaal!

Laat ons weten via de begeleiders wonen en leven van jullie woongroep wat we kunnen doen om Zonnewende nog huiselijker en gezelliger te maken.

PASTORAAL HOEKJE

Heilig Hart van Jezus, 7 juni

Het feest van het Heilig Hart van Jezus wordt gevierd op de derde vrijdag na Pinksteren. Voor 2024 is dat dus op vrijdag 7 juni.

In de Bijbel wordt het hart vaak beschouwd als het symbool van moed, vreugde en hartstocht. Sint-Augustinus (354-430) beschreef het hart als symbool van liefde. Middeleeuwse mystici beschreven hun ervaringen van de hartstochtelijke liefde van Jezus voor de mensheid. Deze liefde uit zich in de wil om te lijden en te sterven in het belang van de ander.

Vaderdag, 9 juni

Vaderdag is een feestdag ter ere van vaders, waarbij het vaderschap en het belang van vaders voor de opvoeding en verzorging van hun kinderen wordt gevierd. In Nederland wordt Vaderdag gevierd op de derde zondag van juni. In België viert men het op de tweede zondag van juni. Uiteraard wordt Vaderdag ook gevierd op 19 maart, de naamdag van Sint-Jozef, Jozef als bruidegom van de Heilige Maagd Maria.

Zomerzonnnewende, 20 juni

De zomerzonnnewende is een belangrijk astronomisch fenomeen. De zomerzonnnewende is de langste dag van het jaar. De zon staat op deze dag het hoogst aan de hemel en het is langer licht dan tijdens de overige 364 (of 365) dagen van het jaar. Deze dag is het begin van de astronomische zomer en wordt in veel landen op een spectaculaire manier gevierd. De tegenhanger van deze dag is de winterzonnnewende, de kortste dag van het jaar. De juniwende is meestal op 21 juni, maar soms (in een schrikkeljaar zoals 2024) op 20 juni, kort voor middernacht.

Naar aanleiding van de zomerzonnnewende in deze maand sluit ik dit pastoraal hoekje af met een bezinning/verhaal over de zon (zie verder).

Geboorte van Johannes de Doper, 24 juni

De evangelist Lucas schreef dat Johannes de zoon was van de priester Zacharias en Elisabeth. De bijzondere omstandigheden in het verhaal over zijn geboorte (zijn ouders waren al oud en konden geen kinderen krijgen; een engel zei dat hij Johannes moest heten) tonen aan dat hij een bijzondere persoon was.

Over de kinderjaren en jeugdijaren van Johannes is niets bekend. Ook niet of hij in die jaren contact had met Jezus. (Apocriefe evangelies –evangelies die niet officieel erkend zijn– kennen wel verhalen over de kleine Jezus die met de kleine Johannes speelde. Maar die verhalen lijken soms zo op sprookjes dat men erg betwijfelt of ze historisch betrouwbaar zijn.) De synoptici (Matteüs, Marcus en Lucas) schreven dat Johannes leefde als een asceet en gekleed was in een mantel van kameelhaar en een leren gordel. Hij at sprinkhanen en wilde honing om in leven te blijven. Men noemde hem 'de dooper', omdat hij in de Jordaan mensen doopte die hun zonden hadden beleden en zich wilden bekeren. Johannes had veel leerlingen en verwees naar 'de komende'. Johannes werd gevangen genomen en onthoofd.

(bron: Bijbel in 1000 seconden)

Heiligen Petrus en Paulus, 29 juni

Het hoogfeest van de heilige apostelen Petrus en Paulus is een hoogfeest ter nagedachtenis aan hun marteldood. Het wordt gevierd op 29 juni.

Herdenkingsviering

Op **donderdag 6 juni om 13.30 uur** gedenken wij in de Zilverlinde de bewoners die ons in de eerste vier maanden van 2024 ontvallen zijn. Het wordt een zinvol samenzijn met mooie muziek, sprekende teksten en betekenisvolle symboliek. Van harte welkom! Aansluitend drinken we samen een kopje koffie of thee.

Aanbod vieringen in ons woonzorgcentrum

- Woensdag 5 juni om 10.30 uur: woord- en communieviering in de Zilverlinde
- Woensdag 19 mei om 10.30 uur: eucharistie in de Zilverlinde

Aanbod vieringen via radio en tv, en in de Sint-Jacobuskerk

Eucharistie meevieren via radio:

- De radiomissen kan je elke zondag beluisteren op Radio 1 om 10.00 uur
- De mis beluisteren kan ook dagelijks op Radio Maria om 9.00 uur, op zondag om 10.00 uur (DAB+ of Internet)

Eucharistie meevieren via tv:

- 02/06/2024 – 9e zondag door het jaar
op **NPO 2** (Nederland) om 10.00 uur
Sint-Joriskerk, Eindhoven
- 09/06/2024 – 10e zondag door het jaar
op **VRT Canvas** om 10.00 uur
Pius X-kapel, Moerzeke

- 16/06/2024 – 11e zondag door het jaar
op **NPO 2** (Nederland) om 10.00 uur
Heilig Hart van Jezuskerk, Roermond
- 23/06/2024 – 12e zondag door het jaar
op **VRT 1** om 10.00 uur
Onze-Lieve-Vrouw van Vreugdekerk, Anderlecht
- 30/06/2024 – 13e zondag door het jaar
op **NPO 2** (Nederland) om 10.00 uur
Basiliek van de Heilige Nicolaas, Amsterdam

(bron: Kerknet-redactie)

Meevieren in de Sint-Jacobuskerk, naast het woonzorgcentrum:

- Iedere zondag van juni: viering om 11.00 uur

Bezinning, verhaal over de zon

Met dit mooie verhaal '**GODS LIEFDE IS ALS DE ZON**' sluit ik dit pastoraal hoekje af.

Een hartelijke groet vanwege Pascale

'Gods liefde is als de zon'

Er was eens een klein vogeltje, hij heette Firebird.

Zijn moeder noemde hem zo omdat hij prachtige oranje veren had.

Op zonnige dagen vloog hij naar de hoogste boom en genoot hij van de zon.

Maar toen de regen kwam, kon Firebird alleen nog maar zeuren en klagen.

'Waarom, mama?' vroeg hij.

'Waarom staat God toe dat de regen de zon wegneemt?'

Mama lachte dan altijd en zei:

'Daar kom je op een dag wel achter!'

Het gebeurde weer...

Het bleef maar stormen en regenen

en Firebird bleef maar klagen tegen zijn moeder.

Er woedde een enorme storm, en mama gaf een ander antwoord.

'Firebird,' zei ze met een knikje richting de wolken.

'Het antwoord wacht op je.

Je moet alleen wel zelf boven de wolken vliegen.'

Firebird was bang.

Zijn vleugels had hij al een hele tijd niet meer zo goed gebruikt.

Nu trilden ze, als hij keek naar de stormachtige wolken die hij boven zich zag.

Maar hij móést weten hoe het zat,
waarom God de storm de zon liet wegnemen.
Hij vloog naar boven, richting het onbekende.
Bliksem, onweer en een felle, huilende wind kwam Firebird tegen,
maar geen antwoorden.
Hij was zo bang dat de wind hem uit elkaar zou scheuren!
Hij wilde terugvliegen, naar zijn moeder, toen het gebeurde...
Firebird brak door de wolken.
En opeens werd het allemaal duidelijk.
Firebird zag de zon, feller schijnend dan ooit.
En toen wist hij het:
God laat de storm nooit de zon wegnemen!
De zon is er altijd en schijnt altijd!
De zon schijnt even constant als zijn moeders liefde voor hem.

Kleine Firebird vergat dit moment nooit,
zelfs niet toen hij een grote Firebird was.
Hij hield nog steeds van baden in de zon,
maar nog belangrijker,
hij leerde zich ook verheugen in de regen.
Omdat hij wist dat de zon er altijd is.

Gods liefde is als de zon, ze is er altijd en wel in overvloed!



Onze jarigen van juni 2024!

3 juni **Simone Cox** 91 jaar *Iris*

5 juni **Charles Moorrees** 79 jaar *Gladiool*

10 juni **Jeanine Stroobants** 78 jaar *Edelweiss*

19 juni **Swa Verresen** 85 jaar *Begonia*

28 juni **Marcel Bresseleers** 86 jaar *Gladiool*

30 juni **Bertha Brack** 87 jaar *Edelweiss*

Hiep hiep hoera!

NIEUWE BEWONERS

In deze rubriek verwelkomen we de nieuwe bewoners van ons woonzorgcentrum.



**Sylveer Meys
Jos Hapers
Semone Volckaerts**

OVERLEDEN BEWONERS

Met droefheid in ons hart,
maar dankbaar om het leven nemen we afscheid van:

*Erna Willaert
Pierre Berghmans
Maria Laureys
Willy Van Opdorp*

Voor altijd uit het oog maar nooit uit het hart.

Stilte is een zeldzaam kruid...

Al jaren stel ik me de vraag
of echte stilte wel bestaat.
En daarenboven wist ik graag:
Is daar wel iemand mee gebaat?

Ook zou ik willen weten
of stilte soms niet hoorbaar is
en of je haar kan meten
en vatten in een beeltenis.

Moeten we ze daar gaan zoeken
waar lawaai afwezig is?
Of schuilt ze in verlaten hoeken
tussen licht en duisternis?

Een antwoord op die vragen
kan niemand je ooit geven.
En wie dat toch wil wagen
zal zoeken... heel zijn leven.

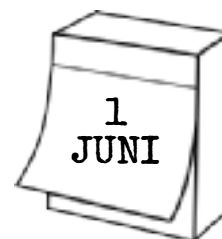
Stilte is een zeldzaam kruid
dat nooit of nimmer zal vergaan.
Ze is muziek zonder geluid
en brengt zelfs rust in een orkaan.

Ik denk -maar kan 't bewijs niet geven-
dat stilte een sterk voedsel is
vol kracht en ook vol leven...
En daar ligt haar betekenis!

Stilte is een voedzaam kruid...

Albert Schrever

JUNI



Juni is de zesde maand van het jaar en wordt ook wel zomermaand of rozenmaand genoemd. De maand telt 30 dagen.

Belangrijke dagen

21 juni: zomerzonnnewende – begin van de zomer

Sterrenbeelden

Tweelingen: 21 mei – 20 juni

Kreeft: 21 juni – 22 juli

Bekende jarigen

Justine Henin, Marilyn Monroe, Koning Albert II, Urbanus, Eddy Merckx, Paul Severs, Andre Hazes en Paul McCartney.

Het weer

De gemiddelde maximumtemperatuur in juni ligt tussen 17,5°C en 21,5°C. De dagen kunnen ook nog relatief fris zijn met minima die schommelen tussen de 8°C en de 12°C. Gemiddeld regent het één dag op de twee en zijn er 12 onweersdagen (met hevige hagel en hoge windsnelheden).

In juni beleven we de langste dagen van het jaar maar schijnt de zon iets minder lang dan tijdens de twee daaropvolgende maanden.

Weerspreuken

- Is juni nat en guur, dan wordt alles slecht en duur.
- Blaast de wind in juni uit de noorderkant, zo waait het koren van het land.
- In juni dondergevaar, dan is het een vruchtbaar jaar.
- Op het weer in juni komt het aan, of de oogst wel zal bestaan.

D-DAY



Tussen 1939 en 1944 was een groot deel van Europa bezet door Duitsland, onder leiding van Adolf Hitler.

Verschillende regeringen trachtten op allerlei manieren het bezette vasteland van Europa te bevrijden van de Duitse Nationaal-Socialisten (de Nazi's). Vanuit het oosten rukten de Russische legers op en vanuit het zuiden in Italië de Amerikanen en de Britten.

Hitler en zijn handlangers voelden aan dat er in het westen een invasie zat aan te komen. Ze wisten wel niet waar de geallieerden aan land zouden komen. Daarom bouwden ze, van de Noordkaap tot aan de Pyreneeën, een verdedigingsmuur van bunkers, de zogenaamde Atlantikwall (Atlantische muur).

De geallieerden kozen ervoor vanuit de zee het vasteland te bereiken. Deze amfibische operatie moest het startsein voor de bevrijding van West-Europa worden. In Engeland werd een leger van 185 000 man verzameld dat, door middel van een enorme vloot van 1000 schepen, naar Normandië voer. De invasie over zee werd voorafgegaan door bombardementen en luchtlandingstroepen. Het merendeel van de deelnemende oorlogsschepen was Brits en Amerikaans. Ook de Canadese, Franse, Griekse, Nederlandse, Noorse en Poolse marine namen deel.

In de nacht van 5 op 6 juni 1944 was het dan zo ver. Ondanks het slechte weer én de felle Duitse tegenstand, waren de operaties succesvol. Drie luchtlandingsdivisies (samen zo'n 20 000 man) daalden boven Normandië neer. Van over zee kwam nog eens 185 000 man naar Normandië. Het landingsgebied was 90 kilometer breed en verdeeld in 5 stranden. Vanuit de lucht worden ze ondersteund door 10 000 vliegtuigen. De geallieerden hebben een basis op het vasteland kunnen vestigen. De Duitse verdediging wist niet hoe ze moest reageren. Ze probeerden lang stand te houden. Er wordt nog twee maanden in Normandië gevochten voordat het lukt om verder in Frankrijk te komen. Op 25 augustus wordt Parijs bevrijd en half september 1944 is het Duitse leger bijna uit Frankrijk verdreven.



Beste lezers

Deze zomer zetten we het valrisico “omgeving en gedrag” in de kijker. In feite is dit risico ook een samenvatting van een aantal valrisico’s die we al eerder besproken hebben. We hebben deels invloed op hoe goed ons lijf (nog) werkt, maar we kunnen heel veel doen aan onze omgeving en aan ons gedrag.

Als we in Zonnewende of in Cederhof komen wonen, worden we al over het belang van valpreventie geïnformeerd. De ergotherapeut kan altijd aangesproken worden om onze nieuwe kamer qua veiligheid onder de loep te nemen. Zijn er losse kabels? Hebben we veel spullen in onze kamer staan die een valpartij kunnen veroorzaken? Hoe zit het met ons meubilair? Is onze zetel wel veilig genoeg om in te ploffen? De inrichting van onze kamer mag zeker gezellig en huiselijk zijn, anderzijds moet ons verblijf veilig zijn.

TIP VAN DE MAAND

Het is belangrijker om veilig in onze kamer of flat te wonen dan achteraf van een valpartij te moeten bekomen.

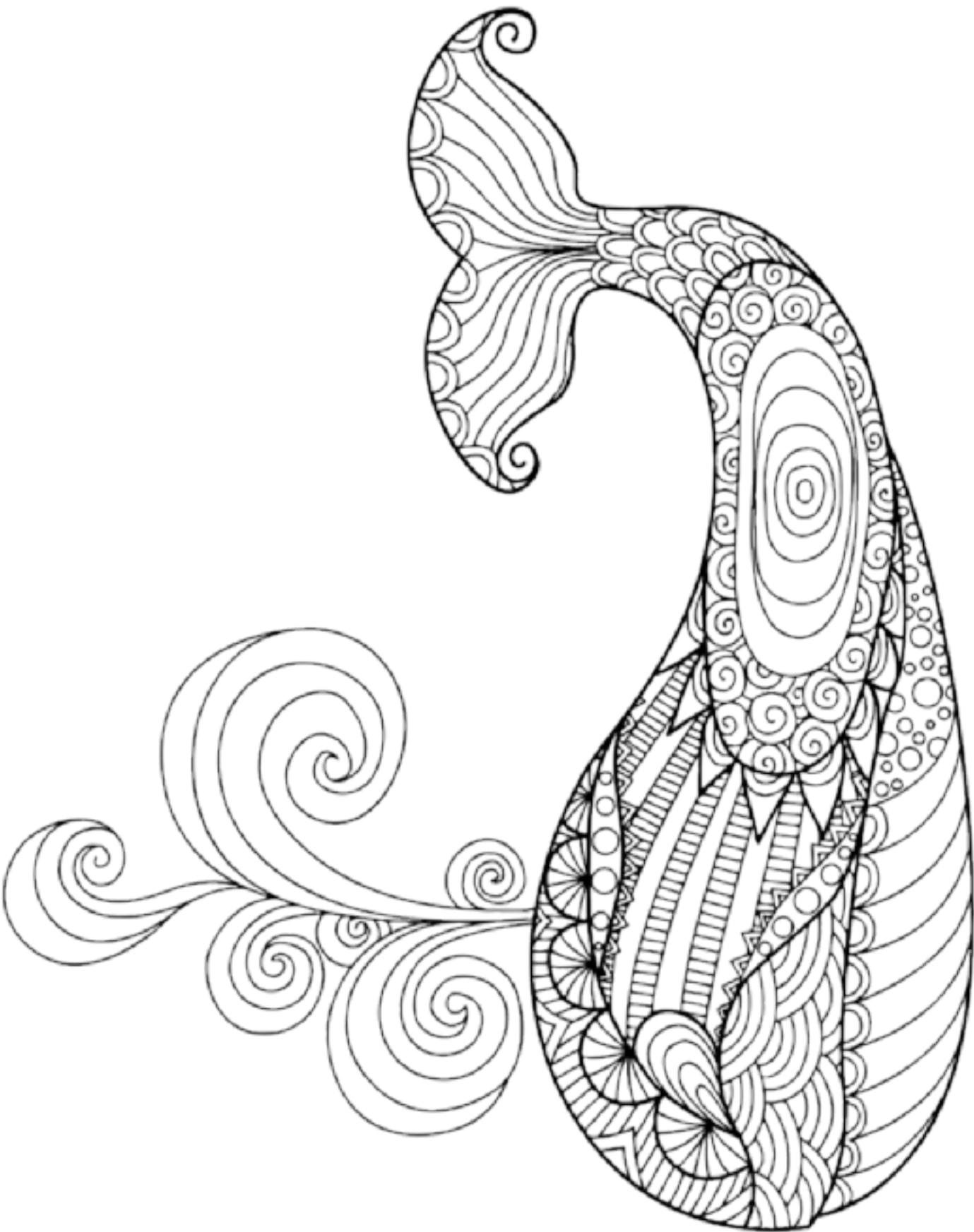
PUZZELHOEKJE

Sudoku

	A		
	C		
		C	
		B	

			3
3	2	4	
	4	3	2
2			

5		1			3
3	2				1
			3	6	
4				1	5
6		4	1		2
1	5	2			6



ACTIVITEITEN

Op de volgende pagina's een overzicht van onze gezamenlijke activiteiten. Uiteraard zijn er op andere momenten nog steeds activiteiten op de woongroepen.



Marktboetiek Hilde

Maandag 3 juni
Vanaf 14u
In de cafetaria

ELISE SHOES - SCHOENENVERKOOP

Maandag 17 juni
Vanaf 14u in de Zilverlinde



Avondcafé



Woensdag 29 juni



In onze cafetaria 't Zonnehof



Van 18u tot 20u

Iedereen welkom!

Cafetaria 't Zonnehof

Alle dagen
Van 14u tot 17u

Eucharistieviering

Om 10u30
Woensdag 5 juni en 19 juni
In de Zilverlinde

Kapster

op afspraak
dinsdag, woensdag,
donderdag en vrijdag

NIEUWE ACTIVITEITEN

Zaterdag 1 juni tot
zondag 9 juni

Maandag 3 juni

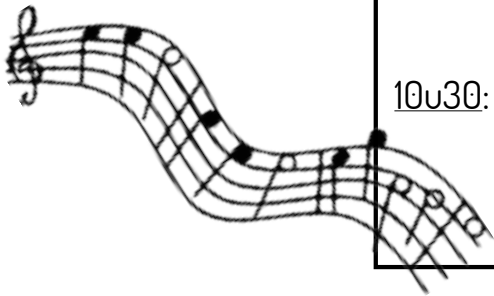
Vanaf 14u: Marktboetiek Hilde in de cafetaria



Woensdag 5 juni

10u30: Woord-en communieviering in de Zilverlinde

14u30: Optreden koor in de Zilverlinde



Donderdag 6 juni

13u30: Herdenkingsviering voor onze overleden bewoners in de Zilverlinde

Vrijdag 7 juni

14u: Wandelnamiddag voor de bewoners van Hyacint

Maandag 10 juni tot zondag 30 juni

Vrijdag 14 juni

10u30: Mannenuurtje in de Zilverlinde

14u: Wandelnamiddag voor de bewoners van Iris

Maandag 17 juni

Vanaf 14u: Elise Shoes schoenenverkoop in de Zilverlinde



Dinsdag 18 juni

Vanaf 14u: Bibmobiel in de cafetaria

Woensdag 19 juni

10u30: Eucharistieviering in de Zilverlinde

Vrijdag 21 juni

14u: Wandelnamiddag voor de bewoners van Campanula-Dahlia

Woensdag 26 juni

Van 18u tot 20u: Avondcafé - In de cafetaria

Vrijdag 28 juni

14u: Wandelnamiddag voor de bewoners van Azalea-Begonia

Graag brengen we een aantal activiteiten onder de aandacht waar u, samen met uw familie / naasten aan kan deelnemen.

Het zijn activiteiten die niet georganiseerd worden door Zonnewende, maar waar we graag wat reclame voor maken.

Putse Grensfeesten

Zondag 30 juni 2024

Op de grens van Kapellen, Stabroek en Woensdrecht
Braderie met rommelmarkt – markt – kermisattracties

Diverse optredens



VOORBIJE WEKEN



















STANDBEELD VAN DE MAAND

AMBIORIX



Tijdens de 19e eeuw opperde de romantiek het idee dat elk volk een ziel heeft en zich zo onderscheidt van andere volkeren. Talrijke historici en volkskundigen gingen op zoek naar die ziel. Ze vonden in het verleden van hun land figuren en gebeurtenissen die aan deze idee gestalte gaven. Ook in het nieuwe België van 1830 was dat het geval. Politici wilden bij de bevolking een nationaal bewustzijn aanwakken. De regering gaf alle steden een ruime toelage om dit te realiseren. Lokale gezagsdragers konden hiermee gedenktekens of standbeelden van hun beroemde helden laten maken. Enkele voorbeelden uit die tijd: “Karel de Grote” in Luik, “Godfried van Bouillon” in Brussel, “Jan Van Eyck” in Brugge en ook “Ambiorix” in Tongeren.

Het imposante bronzen beeld van de Eburonenkoning Ambiorix eert de memorabele overwinning op de Romeinen in 54 v.Ch. In 1866 kreeg de beroemdste (of eerder beruchtste) inwoner van Tongeren er een prominente plaats. Ambiorix poseert in Germaanse klederdracht, met een strijdbijl en een drakenhelm. Zijn voeten vertrappelen de wapens van de verslagen Romeinse tegenstanders. De omheining (rond de sokkel waar Ambiorix op staat) bestaat uit speren, everzwijnhoofden en pijlen. Geheel in stijl volgens de Keltische traditie.

Het bronzen standbeeld werd ontworpen door Jules Bertin en is kenmerkend voor het romantisme van die periode. Tussen 1991 en 1994 werd het beeld gerestaureerd.

Over de persoon Ambiorix is zo goed als niets bekend. Het is onbekend hoe hij er uit zag, wanneer hij is geboren en overleden. Hij is alleen bekend door zijn rol in de opstand tegen Julius Caesar in 54 v. Ch. In zijn boek "Commentarii de bello Gallico" (Commentaren op de gebeurtenissen in Gallië) beschrijft Caesar zelf de rebellie van Ambiorix. Dit is tevens de enige authentieke bron waarin Ambiorix wordt vermeld. Sommige historici denken dan ook dat Ambiorix nooit bestaan heeft. Caesar zou hem verzonnen hebben om zich tegenover Rome te verantwoorden voor de slachting die hij aanrichtte bij de verovering van het gebied van de Belgen.

VLAAMSE ACTEUR VAN DE MAAND

HERBERT
FLACK

Herbert Flack is geboren op 9 juni 1949 in het Antwerpse Reet. Zijn jeugd brengt hij voornamelijk door in Boom. Hij studeert toneel aan het Koninklijk Vlaams Muziekconservatorium in Antwerpen. In 1971, op z'n 22e, behaalt hij met grote onderscheiding zijn diploma. Het begin van een lange carrière, die nog steeds loopt.

Herbert speelt 25 jaar bij het gezelschap van de Koninklijke Nederlandse Schouwburg in Antwerpen. Hij speelt er talrijke hoofdrollen in zowel klassieke als moderne stukken. Hij is ook te zien geweest in tal van langspeelfilms (o.a. "Vrijdag", "Odyssee d'Amour", "Springen", "Hector" en "Koko Flanel") en televisieprogramma's (zoals "Medisch Centrum West", "Wittekerke", "Diamant" en "Thuis"). De rol die bij de meesten nog vers in het geheugen zit is die van hoofinspecteur Pieter Van In, het hoofdpersonage van de serie "Aspe".

Privé heeft hij twee grote liefdes gekend. Zo was hij 43 jaar getrouwd met Mimi Peetermans, tot zij overleed in 2014. Datzelfde jaar huwde hij met Fabienne Arras, die na een ongelukkige val overleed in 2020.

Herbert is niet enkel bekend om zijn acteerwerk. Hij is namelijk ook gezegend met een warme, ietwat zwoele stem, die hem heel wat stemmenwerk oplevert. Hij is te horen in allerlei reclamespots, documentaires en tekenfilms.

De laatste jaren is Herbert vooral op het toneel te zien, in monologen maar ook in drama- en comedystukken, en zelfs revues.

VRAAG VAN DE MAAND

WAAROM KRIJG JE HOOFDPIJN VAN GROTE HAPPEN IJS?



Als je ijs eet, komt het ijs tegen de bovenkant van je gehemelte. In je gehemelte zitten allemaal zenuwen en bloedvaatjes, die niet goed tegen koud kunnen. Zij sturen een signaal naar je hersenen waardoor alle bloedvaten daar open gaan staan. Dit om het bloed sneller te laten stromen en het zo terug warm te krijgen.

In de schedel is er echter niet genoeg ruimte voor die bloedvaatjes waardoor ze er tegen aan gaan drukken. Dit veroorzaakt de gekende hoofdpijn, die ook wel op z'n Engels "brainfreeze" wordt genoemd. Het geeft een bonzend gevoel in je hoofd, duurt ongeveer vijf minuten en gaat vanzelf over.

Eénderde van alle mensen heeft hier regelmatig last van. Het is vervelend maar niet gevaarlijk. Soms gebeurt het ook bij ander koud eten of drinken. Wil je het voorkomen dan kan je proberen kleinere happen te nemen en niet te snel te eten.

Mijn dochtertje Ayla (5) en ik zaten samen te tekenen toen ze plots zei: “Als je niet mag wijzen, dan moet je toch geen wijsvinger hebben mama?”

Mijn nichtje kwam naar me toe terwijl ik een pepermuntje aan het eten was. “Amai, jouw stem ruikt goed!”, zei ze.

Samen met mijn ouders ging mijn nichtje Sandy (7) naar de markt. Rond de middag stapten ze een taverne binnen want Sandy had zin in een pannenkoek. Mijn moeder merkte op dat er alleen pannenkoeken te verkrijgen waren tussen twee en zes. Waarop Sandy beteuterd antwoordde: “Maar ik ben al zeven...”

Onze kleinzoon Alexander kwam fier als een gieter thuis want hij kende nu het verschil tussen een koe en een stier. “Een stier heeft balletjes onder zijn buik en een koe een luier”, legde hij uit.

Een van de kleutertjes in de klas zei dat ze pipi moest doen. Ik verbeterde haar en zei: “Mag ik alstublieft naar het toilet?” Haar reactie? “Ah juf, moet jij ook?”

Luna vroeg aan haar grootmoeder waarom ze zo stil was. Die antwoordde : “Omdat ik geen kusje van je krijg. Als ik een kusje krijg, ben ik niet meer stil.”

Luna (4) dacht even na en zei toen : “Blijf dan maar stillekes...”

Op een dag stonden mijn zus Floortje (5) en haar meter als enige te wachten voor een spoorwegovergang.

“Kijk”, zei Floortje, “nu staan wij helemaal alleen in de file!”

Een kleuterjuf in de tweede kleuterklas draagt haar haar altijd in een staartje. Toen het elastiekje plots stuk ging, sprongen haar lange haren alle kanten op. “Nu ben jij juist mijn hond”, kreeg ik te horen!

Louis (5) kreeg voor het eerst zongedroogde tomaatjes voorgeschoteld en zei: “Die eet ik niet op, die zijn helemaal verfrommeld!”

Onlangs ontdekte mijn zoontje Vinn (5) een moedervlek op zijn buik. Toen ik hem uitlegde wat het precies was, zocht hij verder en ontdekte er nog een: “Dit is dan de vadervlek, mama!”

Bezoekster: "O, wat heb je de kamer van de baby leuk ingericht! Maar... waarom zitten er in godsnaam van die hoge poten onder het bedje?"

Jonge moeder: "Die hebben we er speciaal aan laten zetten, opdat we het beneden beter zouden horen als de kleine eruit valt."

Tom loopt zijn favoriete stamcafé binnen en ziet zijn vriend Jos aan de toog hangen met een glas karnemelk voor zich.

"Wat scheelt er jongen? Ben je ziek?"

"Nee, maar ik raak van mijn leven geen pint meer aan."

"Waarom niet? Wat is er gebeurd?"

"Gisterennacht had ik meer dan genoeg op en toen heb ik mijn schoonmoeder dubbel gezien!"

Een man zit rustig aan de ontbijttafel te eten en leest de krant. Zijn vrouw komt achter hem staan en geeft hem plotseling een klap op zijn hoofd met een pan.

"Waarom doe je dat?" vraagt hij.

"Dat was voor dat papiertje in je broekzak met de naam Mary-Lou erop!" antwoordt ze.

"Maar schat toch, ik ben dinsdag met Bob en Peter naar de paardenrennen geweest en Mary-Lou is de naam van het paard waarop we toen gewed hebben."

In een overvol restaurant zitten heel wat mensen te wachten tot hun middagmaal wordt opgediend.

"Waarom maakt u die slapende kerel niet wakker?" vraagt een van hen aan de kelner, terwijl hij naar de man aan de tafel naast hem wijst.

"Dat heb ik al driemaal gedaan, mijnheer, maar hij valt telkens weer in slaap."

"Maar waarom gooit u hem dan niet buiten?"

"Wel, mijnheer. Telkens als ik hem wakker maak, vraagt hij de rekening en betaalt..."

DOORDENKERTJES

A	S	L	J	N	E	I	E	T	H	L	E	M	K	A	N	M
A	C	C	O	R	D	E	O	N	A	L	G	E	L	L	O	D
D	R	A	A	I	E	B	B	N	T	E	D	N	A	A	W	R
O	D	T	S	T	R	O	M	B	O	N	E	A	R	J	E	H
E	T	M	T	T	E	D	E	Z	P	U	B	N	I	S	O	O
A	N	L	O	N	A	I	P	E	L	M	E	E	N	W	T	R
L	L	E	S	J	A	G	E	D	I	K	A	N	E	L	N	N
E	E	M	E	S	D	T	N	C	K	S	G	O	T	E	N	J
D	G	M	N	K	T	A	D	E	T	A	H	T	E	G	A	I
L	R	O	A	A	M	M	B	L	T	G	E	L	L	U	L	R
N	O	R	O	G	G	A	A	L	N	T	T	A	D	E	L	E
G	I	T	A	A	R	S	J	O	E	B	E	N	G	L	O	O
E	A	E	I	L	P	G	G	P	R	A	H	N	E	V	O	B
I	A	S	T	I	R	S	A	H	I	J	A	K	L	N	I	M
K	R	K	N	E	V	L	S	A	G	I	N	E	I	D	V	A
H	D	E	N	I	T	H	C	K	R	A	R	P	M	O	I	T
A	T	C	D	O	L	K	E	T	R	O	M	P	E	T	M	A

Welk woord staat niet in het rooster ?

ACCORDEON-BEIAARD-BEKKEN-CASTAGNETTEN-CELLO-CIMBAAL- GONG-
DRAAIORGEL-DRUM-GITAAR-HARP-KLARINET-PIANO-SPINET-TAMBOERIJN-
TRIANGEL-TROMBONE-TROMMEL-TROMPET-VIOOL-VLEUGEL



OPLOSSING

Oplossing van de maand MEI : APENTREITER stond niet in het rooster .

Schiftingsvraag : heel jammer : het nest verdween en ook de eieren .

Winnaar : Joe Biront k240

Het laatste blad mag ingevuld afgegeven worden aan de receptie voor 20 Juni 2024. Het juiste antwoord wordt beloond. Veel succes !!!!

Naam:

Kamer of flatje:

Schiftingsvraag : wat werd er het meest gegeten op de restaurantavond van 23 mei : vis of vlees?

WZC Zonnewende
Kerkstraat 5 - 9
2950 Kapellen
Tel.: 03/660.25.00 - Fax.:03/665.00.80

e-mail: info.zw@zusters-berlaar.be

**Huiskrantje 't Zonneke is ook digitaal te raadplegen
op onze website www.zonnewendekapellen.be**



WZC ZONNEWENDE

Kerkstraat 5
2950 Kapellen

Tel. 03 660 25 00
info.zw@zusters-berlaar.be