



't Zonneke
WZC Zonnewende
Januari 2025

Inhoud



Voorwoord	3
Nieuwjaarswens	4
Pastoraal Hoekje	5
Bewonersnieuws	11
Maandinfo	16
Valpreventie	18
Puzzelhoekje	19
Activiteiten	21
Feitencheck van de maand	31
Geschiedenis van de maand	32
Tv-serie van de maand	33
Pret en verzet	34
Doordenker	37
Tot slot	39

Voorwoord

Beste bewoner, familie,...
Beste lezer,

10-9-8-7-6-5-4-3-2-1!
Gelukkig nieuwjaar!

En zo zijn we weeral in een nieuw jaar beland!

De maand januari is er om vooruit te kijken naar wat gaat komen. We maken goede voornemens en trachten die toch enkele weken vol te houden, we rusten nog wat uit van de drukke feesten, liggen nog onder extra dekens maar kijken toch al stiekem uit naar wat meer warmte, de dagen lengen heel geleidelijk aan terug...

We zetten 2025 in met nieuwe thema's van de maand.

Zo is er "Feitencheck van de maand" waarin we elke maand een feit onder de loep nemen en nagaan of dit wel echt klopt of niet. De eerste stelling "mannen zijn gekrompen na 1940" wordt al direct van tafel geveegd. Lees er verder meer over.

In "Geschiedenis van de maand" bekijken we elke maand de oorsprong van iets. Dat kan een voorwerp zijn, een fenomeen,... Laat je verrassen! In de eerste maand gaan we na waar België zijn ontstaan vindt.

Tot slot is er ook nog "Tv-serie van de maand". We duiken in buitenlandse tv-series uit de jaren '60, '70, '80 en '90. Ongetwijfeld zijn er bij die leuke herinneringen oproepen. Fawlty Towers mag de spits afbijten.

Om af te sluiten, laat ons nog één keer samen klinken op een mooi en gezond 2025!

Santé!

Veel leesplezier!
De redactie

Nieuwjaarswens

*Beste Bewoners,
Beste Families,
Beste medewerkers en vrijwilligers,*

*Ik heb een wens voor iedereen:
een gelukkig nieuw jaar met lieve mensen om je
heen.*

*Mensen die van je houden om wie je bent,
en in wie je misschien een stukje van jezelf
herkent.*

*Laat merken dat je om die mensen geeft,
dat je samen met hen iets moois beleeft.*

*Geniet van de warmte die dit alles brengen kan
en maak er een vreugdevol en gelukkig
Nieuwjaar van!*

*Warme groeten
Guy Henkens
Directeur WZC Zonnewende*



Pastoraal hoekje

De allerbeste wensen voor 2025!

Met de overvloedige LIEFDE van het Kerstkindje, van God in ons hart wordt het ongetwijfeld een 'warm' jaar vol vriendschap!

2025: JUBELJAAR!

In de rooms-katholieke Kerk wordt elke 25 jaar, en op de eeuwfeesten van het sterfjaar van Jezus (de volgende keer dus in 2033) een heilig jaar of jubeljaar gehouden. De paus kan echter ook bijzondere jubeljaren uitroepen, zoals het 'jubeljaar van barmhartigheid' in 2016. Een jubeljaar is een belangrijke religieuze gebeurtenis, waarin verzoening tussen mensen en verzoening met God centraal staan. De traditie is in de middeleeuwen ontstaan en vindt haar oorsprong in het veel oudere gebruik van het joodse jubeljaar. Paus Franciscus heeft voor 2025 een jubeljaar afgekondigd met als thema **'Pelgrims van Hoop'**.

Op 24 december begon het jubeljaar 2025 met de opening van de heilige deur van de Sint-Pietersbasiliek in Rome. Een heilige deur is een bijzondere deur in een kathedraal of basiliek die alleen tijdens jubeljaren geopend wordt. De belangrijkste heilige deur is die van de Sint-Pietersbasiliek in Rome. Na het jubeljaar wordt de deur met baksteen en mortel verzegeld tot het volgende jubeljaar.

Wie tijdens een jubeljaar pelgrimeert naar een van de heilige deuren kan een aflaat ontvangen. Voor paus Franciscus betekent dat oude gebruik niets meer of minder dan een teken en werktuig van Gods liefde en barmhartigheid. 'De aflaat stelt ons in staat om te ontdekken hoezeer Gods barmhartigheid onbegrensd is,' schrijft hij.

De deur als symbool verwijst naar de overgang van zonde naar verlossing, van dood naar leven, van ongeloof naar geloof, enzovoort. Jezus beschrijft zichzelf als de deur. *'Ik ben de deur. Als iemand door Mij binnengaat, zal hij worden gered; hij zal in- en uitgaan en weide vinden.'* (Johannes 10, 9)

De deur staat ook symbool voor het contact en de vereniging tussen God en mens. Verrassend is dat God zelf daartoe het initiatief neemt. *'Ik sta voor de deur en Ik klop. Als iemand mijn stem hoort en de deur opent, zal Ik bij hem binnenkomen en maaltijd met hem houden en hij met Mij.'* (Openbaring 3, 20)

Gebed Jubeljaar 2025

Vader in de hemel,
Gij hebt ons het *geloof* geschonken
in uw Zoon Jezus Christus, onze Broeder,
en door de Heilige Geest
hebt Gij de vlam van *liefde* in ons hart ontstoken.
Wek in ons de zalige *hoop*
op de komst van uw Rijk.

Maak ons door uw genade tot zaaiers
die onvermoeibaar het zaad van het evangelie uitstrooien.
Laat door dit zaad de mensheid en de hele schepping opbloeien
in de vaste verwachting
van een nieuwe hemel en een nieuwe aarde,
waar de machten van het kwaad zijn overwonnen
en uw heerlijkheid zich voor altijd openbaart.

Moge de genade van het Jubeljaar
in ons, *Pelgrims van Hoop*,
het verlangen sterken naar de hemelse gaven
en aan heel de wereld
de vreugde en de vrede schenken
van onze Verlosser.
Aan U, God, die voor altijd gezegend zijt,
zij lof en eer in de eeuwen der eeuwen.
Amen.

Paus Franciscus

Bijzondere data in januari

01 januari: Maria, de Moeder Gods

01 januari: Wereldgebedsdag voor de Vrede

03 januari: Heilige Naam van Jezus

06 januari: Openbaring van de Heer, Driekoningen

12 januari: Doopsel van de Heer (zondag na Driekoningen)

17 januari: Heilige Antonius, abt

25 januari: Bekering van de Heilige Apostel Paulus

28 januari: Heilige Thomas van Aquino

18 tot 25 januari: Gebedsweek voor de eenheid van de christenen

Bezinning bij de Openbaring van de Heer, Driekoningen

Voor elke tocht is er een ster,
een woord, een teken,
een weg, een uitweg,
een terugweg als het moet.

Voor elke tocht is er een ster,
een vriend, een hand,
een huis, een thuis,
een boek, een beeld,
een lied misschien.

Voor elke tocht is er een ster,
voor ieder mens,
voor oud en jong
die wijs wil heten,
voor iedereen die zoekt
naar redding en naar recht.

Voor elke tocht is er een ster,
die wijzen brengen zal
waar 't wonder van het leven
in eenvoud wordt getoond,
waar Gods liefdevol geven
in kinderogen woont.

Voor elke tocht is er een ster.
Zoek niet te ver!

Frans Weerts

RZL-activiteiten in januari

Naar aanleiding van het 'doopsel van Jezus', dat gevierd wordt op de zondag na Driekoningen, wil ik met jullie graag 'stilstaan bij rituelen en hoogtepunten in het leven'. Doopsel, eerste communie, plechtige communie, vormsel, huwelijk ... Welke symboliek wordt daarbij gebruikt? Hoe gebeurde het vroeger? Voor sommigen was het misschien wel in oorlogstijd. Wat betekent een ritueel voor jou? Geeft het je kracht? Het raakt ons, op een subtiele manier, diep van binnen. Een ritueel kan zeer universeel zijn: een kaarsje branden bijvoorbeeld, een foto koesteren, een geluksteen bij je dragen, enz. Topmomenten in het leven, het zal voor iedereen anders zijn. Boeiend!

- Dinsdag 7 januari om 10.30 uur in de kapel
‘Stilstaan bij rituelen en hoogtepunten in het leven,’
met communie-moment (vrijblijvend)
voor Azalea/Begonia – Campanula/Dahlia – Edelweiss/Fresia – Cederhof
- Woensdag 8 januari om 10.30 uur in de kapel:
‘Stilstaan bij rituelen en hoogtepunten in het leven,’
met communie-moment (vrijblijvend)
voor Gladiol – Iris – Hyacint – Centrum voor dagverzorging

Aanbod vieringen in ons woonzorgcentrum

- **Donderdag 2 januari** om 10.30 uur: woord- en communieviering in de ZilverlindeThema: Maria, de Moeder Gods – Wereldgebedsdag voor de VredeWe vragen Gods zegen over het nieuwe jaar!
- Woensdag 15 januari om 10.30 uur: eucharistieviering in de Zilverlinde
- Woensdag 29 januari om 10.30 uur: eucharistieviering in de Zilverlinde

Pater Hugo Gotink

In de eucharistieviering van woensdag 18 december hebben we afscheid genomen van pater Hugo, missionaris in hart en nieren, jarenlang de voorganger in de eucharistievieringen in Zonnewende. We zijn hem bijzonder dankbaar voor zijn bezielde voorgaan én zijn voorleven, en zeker ook voor zijn groot missiewerk/levenswerk in Afrika. Pater Hugo voelt zich een dagje ouder worden en gaat weldra verhuizen. Vandaar dat hij zijn engagement in Zonnewende beëindigt.

We bidden dat God hem overvloedig mag zegenen met nog vele mooie jaren in een zo goed mogelijke gezondheid. Pater Hugo werd gepast bedankt vanuit de Zorggroep Zusters van Berlaar, vanwege mezelf en de vrijwilligers die tweewekelijks trouw op post zijn, én de aanwezigen in de eucharistie zorgden voor een overtuigd en warm applaus. Pater Hugo, een bescheiden man, was ontroerd.

Het tweewekelijks aanbod op woensdag om 10.30 uur zal worden verdergezet met regelmatig eucharistievieringen, en ook woord- en communievieringen.

Aanbod vieringen via radio of 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:

- **05/01/2025 - Openbaring van de Heer, Driekoningen**
op **VRT 1** om 10.00 uur
Sint-Servaasbasiliek, Grimbergen
- **12/01/2025 - Doopsel van de Heer**
op **NPO 2** (Nederland) om 10.00 uur
Heilige Petruskerk, Roelofarendsveen
- **19/01/2025 - 2^e zondag door het jaar**
op **VRT 1** om 10.00 uur
Sint-Ursulakerk, Lanaken
- **26/01/2025 - 3^e zondag door het jaar**
op **NPO 2** (Nederland) om 10.00 uur
Sint-Elizabethkerk, Grave

(bron: kerknet.be)

Meevieren in de Sint-Jacobuskerk, naast het woonzorgcentrum:

- Nieuwjaarsdag 1 januari: viering om 11.00 uur
- Iedere zondag van januari: viering om 11.00 uur
- Op de derde zondag van de maand (19/01) worden de overledenen van de voorbije maand december herdachten aansluitend aan de viering is er een nieuwjaarsdrink

Nieuwjaarswens

Graag wil ik namens de collega's pastores van de Zorggroep Zusters van Berlaar, en namens de collega's en vrijwilligers van de domeinvergadering RZL Zonnewende (religie, zingeving, levensbeschouwing) aan alle lezers van dit krantje het allerbeste toewensen voor het komende jaar. Dat het jullie allen goed mag gaan en dat we samen veel inspirerende momenten en deugddoende ontmoetingen mogen beleven.

Warme groet, Pascale

Als 't nieuwjaar is
– 't is schoon om zien –
schijnt elke mens een maatje groter,
de gebaren wat ruimer,
de glimlach veel breder.

Als 't nieuwjaar is
– 't is schoon om horen –
wordt elke mens een beetje kleiner
met meer en betere voornemens in de mond
en wat uitgesproken spijt.

Als 't nieuwjaar is
– 't is goed om voelen –
wordt elke mens een beetje week van binnen,
zou hij ieder willen kussen en omhelzen
en ieder mens het beste wensen.

Manu Verhulst

Bewonersnieuws

De jarigen van januari

7 januari **Maria Kloek** 92 jaar *Dahlia*
7 januari **Simonne Gysen** 75 jaar *Edelweiss*
10 januari **Richard Deruyter** 88 jaar *Campanula*
12 januari **Anna Verresen** 91 jaar *Fresia*
15 januari **Tatiana De Laet** 82 jaar *Fresia*
16 januari **Lieve Goossens** 84 jaar *Edelweiss*
28 januari **Elisabeth Faes** 94 jaar *Hyacint*
28 januari **Brigitta Dekker** 92 jaar *Azalea*

3 januari **Alice Huybrechts** 84 jaar *Cederhof I*
3 januari **Marina Baert** 78 jaar *Cederhof I*
12 januari **Chris Schrauwen** 69 jaar *Cederhof I*
19 januari **Angèle De Bruyn** 87 jaar *Cederhof III*
20 januari **Hilda Janssens** 79 jaar *Cederhof II*
24 januari **Maria Meyns** 85 jaar *Cederhof I*
24 januari **Louis Noels** 90 jaar *Cederhof III*
27 januari **Nelly Huybrechts** 87 jaar *Cederhof III*

Hiep hiep hoera!



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

Marcel Bresseleers - Gladiool

Jos Wouters - Cederhof I

Alex Wens - Cederhof II

Julia Van Lierde - Cederhof I

Gilbert Hendrickx - Cederhof III

"Wat je in je hart bewaard, raak je nooit meer kwijt."

IN MEMORIAM – Peter Van Gestel

“caravanner in hart en nieren”

“gewezen chef-kok van Zonnewende”



Geachte bewoners,
Beste medewerkers,
Beste lezer,

Afgelopen donderdag (12 december) bereikte ons heel droevig nieuws. Peter Van Gestel, gewezen chef-kok van Zonnewende, was na een lange slepende ziekte overleden. Ondanks het feit dat Peter al 2 jaar niet meer actief was in de keuken, kwam dit bij veel collega's hard aan.

Peter werd geboren in Merksem, op 27 juli 1969. Hij studeerde in 1988 af als kok en ging onmiddellijk aan de slag in't Handig Brochetje, vervolgens in de Mister Grill om uiteindelijk op 1 februari 1994 in Zonnewende aan de slag te gaan als hulpkok. Daar ging voor hem een hele nieuwe wereld open: een grootkeuken, in een zorginstelling, heel wat diëten, maar ook heel wat collega's. Peter genoot ervan, leerde op korte tijd veel bij en toen zich de gelegenheid voordeed werd hij op 1 januari 2007 'chef-kok'.

Hij genoot van de extra verantwoordelijkheid die hij kreeg als chef-kok. Ook al bracht die wel wat meer stress met zich mee. Maar Peter kon goed plannen en was van in het begin heel duidelijk naar de medewerkers van de keuken toe wat hun rol betrof, wat er van hen verwacht werd en hoe ze samen gingen proberen het nóg beter te doen. Hij had een luisterend oor naar de collega's en als snel kreeg hij het vertrouwen van de hele keukenploeg.

Zoals Peter zelf meermaals aangaf is hij in de loop der jaren gegroeid in zijn job. Hij kreeg wat meer geduld, liet zich minder snel opjagen als er weer eens een toestel uitviel of de afwasmachine stuk was. Hij leerde de kracht van de herhaling kennen en probeerde iedereen te stimuleren om dagelijks het beste van zichzelf te geven. Hoe hectisch het soms ook in de keuken kon en kan zijn...

Jaar na jaar zag Peter de keuken in het oude Zonnewende verouderen. De toestellen werden ouder, er waren steeds meer mankementen en de keuken was ook te klein geworden. Ze was gebouwd om te koken voor een 100-tal mensen, maar sedert 2018 werd er dagelijks voor een 200 mensen gekookt. Er moest iets veranderen.

Peter was dolgelukkig toen hij hoorde dat er een nieuw gebouw zou neergezet worden, met daarin een hypermoderne keuken. Van in het begin werd hij betrokken bij de bouwplannen, de aankoop van nieuwe toestellen en de nodige materialen. Het viel ook op hoe Peter ons en de architecten tips en aanwijzingen gaf vanuit zijn rijke expertise. Hij genoot ervan!

Begin maart was het zover. In de eerste week werden de bewoners verhuisd en toen dat allemaal achter de rug was verhuisde ook de keuken, als laatste, naar de nieuwbouw. Peter had alles tot in de puntjes voorbereid en gepland en de verhuis van de keuken verliep vlekkeloos. Een dikke pluim voor Peter en zijn keukenteam!

Maar enkele weken later sloeg het noodlot toe. Peter werd ziek en al vlug bleek dat hij longvlieskanker had, een ziekte die vaak wordt toegeschreven aan het werken met asbest. Maar Peter wist het, naar ons toe, toch goed te plaatsen. Hij ging er het beste van maken, nog zoveel mogelijk genieten en 'elke week is een cadeau'. Tussen de verschillende therapieën door kwam hij regelmatig naar Zonnewende. Eerst een beleefdheidsbezoekje aan de directie, maar snel daarna de keuken in om te zien hoe chef Kevin probeerde in zijn voetstappen te treden. Hij genoot ervan, die oudere én nieuwe mensen in 'zijn' nieuwe keuken, de nieuwe toestellen, de organisatie, ... Dikwijls heeft hij gezegd dat het goed was en dat hij jaren gedroomd had om met deze mensen in deze keuken te kunnen werken.

Maar ook bij grotere evenementen sprong Peter nog eens binnen: de restaurantavonden, het tuinfeest, soms als toeschouwer, soms als gast. De collega's waardeerden dit ook enorm. Ondanks zijn ziekte bleef Peter heel betrokken bij het reilen en het zeilen.

Op 24 april 2023 wilden wij met de leidinggevenden Peter nog eens bedanken voor wat hij voor ons en voor het huis betekende. Zoals het hoort genoten we samen van een lekkere maaltijd, maar Peter verraste ons allemaal met een geschenkje dat hij voor ieder van ons meegebracht had: een snijplank – hoe kan het ook anders – met daarop een spreuk.

Die spreuken gaven Peter's levensinzichten weer. Ik deel ze even met jullie, omdat ze zo waardevol zijn, omdat ze zo 'Peter' zijn :

- "Als het niet gaat zoals het moet, dan moet het maar zoals het gaat"
- "Droom groot en geniet van kleine dingen"
- "Zorgen moet je doen, niet maken"
- "Geniet vandaag en herhaal het morgen"
- "Als je weet wie er achter je staat, maakt het niet uit wie er voor je staat"



De laatste keer dat ik Peter ontmoet heb was in de aanloop van het Tuinfeest, dit jaar op 7 september. Ook toen was hij nog heel geïnteresseerd in hoe we het gingen aanpakken, wat de keuken allemaal ging bereiden, ... Het moest een geslaagd feest worden!

In de afgelopen weken hebben verschillende mensen hem nog een bezoekje gebracht thuis. Hij zal er zeker van genieten hebben...

Het ga je goed Peter. En ooit zien we mekaar allemaal weer, waarschijnlijk aan één héél grote tafel, vol met lekkers die jij met veel liefde voor ons bereid zult hebben.

Afsluiten doe ik met een gedichtje van Toon Hermans – speciaal ter nagedachtenis aan jou...

Sterven doe je niet ineens,
maar af en toe een beetje
en alle beetjes die je stierf,
't is vreemd, maar die vergeet je,

het is je dikwijls zelfs ontgaan,
je zegt ik ben wat moe,
maar op een keer dan ben je aan
je laatste beetje toe

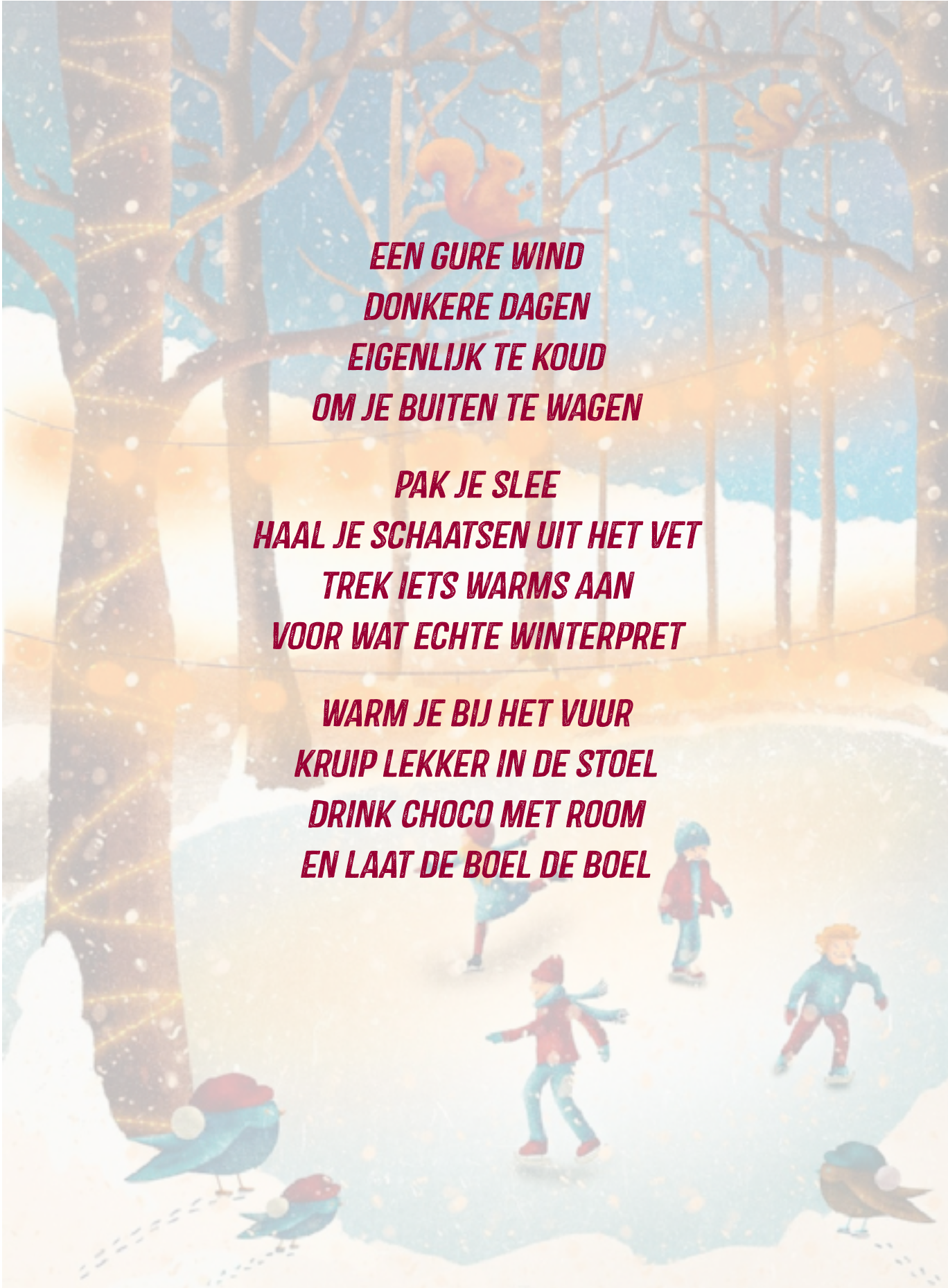
Dankjewel voor alles Peter: je inzet, je loyaliteit, je éénvoud, je gastvrijheid, ... de warme mens die je was.

Namens ons allemaal een innige deelneming aan je vrouw Nathalie, je kinderen Pieter-Jan en Femke, je ouders en al de mensen die je liefhebben.

Tot weerziens,
Guy Henkens
Directeur wzc Zonnewende

Maandinfo

Een vleugje poëzie



**EEN GURE WIND
DONKERE DAGEN
EIGENLIJK TE KOUD
OM JE BUITEN TE WAGEN**

**PAK JE SLEE
HAAL JE SCHAATSEN UIT HET VET
TREK IETS WARMS AAN
VOOR WAT ECHTE WINTERPRET**

**WARM JE BIJ HET VUUR
KRUIP LEKKER IN DE STOEL
DRINK CHOCO MET ROOM
EN LAAT DE BOEL DE BOEL**

Beleef de maand: Nieuwjaarsduik



Naar jaarlijkse gewoonte duiken er op 1 januari talrijke mensen het nieuwe jaar in, door gezamenlijk in ijskoud open water te springen.

Overal in het land (en ter wereld) worden Nieuwjaarsduiken georganiseerd. De bekendste bij ons is waarschijnlijk die van Oostende, waar duizenden ijsberen de Noordzee in rennen.

Hiervoor is vooral een stevige dosis lef nodig. Volgende tips kunnen helpen: doe het enkel als je in goede gezondheid verkeert, drink geen alcohol voor de duik, warm je van tevoren goed op, doe schoenen aan, blijf niet te lang in het koude water en trek achteraf onmiddellijk droge kledij aan.

De allerbelangrijkste tip: niet nadenken, gewoon doen! Wie durft?

Valpreventie

Tip van de maand

Beste lezers

Eerst en vooral een mooi nieuw jaar, dat 2025 vele gezonde dagen, deugddoende momenten en veel beweging mag brengen. Bewegen is één van de maatregelen die we tegen valpartijen kunnen nemen. Vandaar dat er vanaf nu maandelijks een gouden tip voor valpreventie en een bewegingsoefening wordt aangeboden.

Deze tip kunnen we niet genoeg herhalen: lichaamsbeweging is de beste remedie tegen valpartijen, vier seizoenen lang. In de lente, zomer of herfst gaan we misschien meer naar buiten, maar ook binnen kan je bewegen. Daarvoor hoeven we dus geen uren fitness te doen, maar gewoon wandelen in de gangen, of even opstaan nadat je een tijdje TV hebt gekeken kunnen al dag en nacht verschil maken. Ook vanuit je stoel kan je even de benen strekken of de enkels draaien bijvoorbeeld.

We hebben het geluk dat we zo dicht bij een park wonen, dus maak er bij mooi weer zeker gebruik van. Bewegen voorkomt niet alleen vallen, maar ook onze weerstand wordt sterker. Bewegen is bovendien goed voor onze bloeddruk en ons gemoed.

Wil je meer informatie over het opbouwen van je spierkracht, evenwicht of mobiliteit? Spreek de kinesist in de woongroep aan. Ze zal je graag verder helpen met tips en oefeningen.



BEWEGING VAN DE MAAND

Heel eenvoudig: de benen afwisselend strekken.

We zetten ons even recht in onze rolstoel of op onze stoel. Vanuit zitpositie strekken we afwisselend de benen. Onze tenen wijzen daardoor naar boven.

We kunnen op elk moment van de dag even de benen strekken.

Heel veel succes!



Spreekwoorden

Naast ieder **'koud'** spreekwoord staat een letter. Schrijf de juiste letter bij de juiste betekenis. De letters vormen van boven naar een onder een woord.

- M** Koud als een kikker
- K** Iemand een koud bad geven
- U** Iemand in de kou laten staan
- U** Koude rillingen krijgen
- O** Dat raakt mijn koude kleren niet
- L** Een koude douche krijgen
- E** Dit is een koud kunstje
- K** Van een koude kerstmis thuis komen

Betekeningen:

- ☐ Iemand onverwacht en onaangenaam verrassen, vaak met iets negatiefs of schokkends.
- ☐ Het kan je niets schelen of het interesseert je niet. Het laat je volledig onverschillig.
- ☐ Iets heel onaangenaam of eng vinden, waardoor je letterlijk of figuurlijk rillingen over je rug voelt gaan.
- ☐ Teleurgesteld worden of met lege handen terugkomen, zonder het verwachte resultaat of succes.
- ☐ Een plotselinge, onaangename ervaring of schok, vaak omdat verwachtingen niet worden waargemaakt.
- ☐ Iets heel eenvoudig om te doen, zonder enige moeite of inspanning.
- ☐ Iemand zonder hulp of steun achterlaten, vooral in een lastige situatie.
- ☐ Iemand die emotioneel, ongevoelig of afstandelijk is.

Activiteiten

Terugkerende activiteiten en diensten



Cafetaria 't Zonnehof

Alle dagen open

Van 14u tot 17u



Eucharistieviering

Donderdag 2 januari

Woensdag 15 januari en 29 januari

Om 10u30

In de Zilverlinde



Kapster

Aanwezig op dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag

Op afspraak



Avondcafé

Woensdag 29 januari

Van 18u tot 20u

In onze cafetaria 't Zonnehof



Bibmobiel

Dinsdag 21 januari

In onze cafetaria 't Zonnehof

Tussen 14u en 14u30

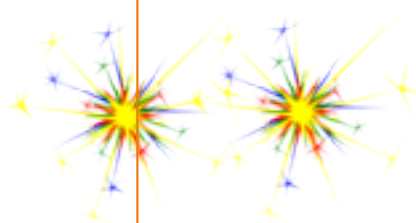
Iedereen welkom!

Activiteiten januari

Op de volgende pagina's vind je een overzicht van onze gezamenlijke activiteiten voor deze maand. Uiteraard zijn er ook op andere momenten activiteiten op de woongroepen.

Woensdag 1 januari

Gelukkig nieuwjaar!



Donderdag 2 januari

10u30: Eucharistieviering in de Zilverlinde

Maandag 6 januari

14u: Bingo in de cafetaria
Voor de bewoners van Gladiool-Hyacint-Iris,
de gebruikers van ons CDV en onze
flatbewoners



Dinsdag 7 januari

10u30: Stilstaan bij rituelen en hoogtepunten in
het leven (met Pascale in de Kapel)
Voor de bewoners van Azalea-Begonia,
Campanula-Dahlia, Edelweiss-Fresia en onze
flatbewoners

Woensdag 8 januari

10u30: Stilstaan bij rituelen en hoogtepunten in het leven (met Pascale in de Kapel)
Voor de bewoners van Gladiool, Hyacint, Iris en de gebruikers van ons CDV

Vrijdag 10 januari

10u30: Mannenuurtje in de Zilverlinde

Maandag 13 januari

14u: Nieuwjaarsdrink voor bewoners en familie



Woensdag 15 januari

10u30: Eucharistieviering in de Zilverlinde

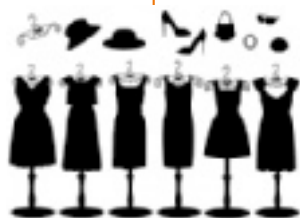
Maandag 20 januari

14u: Bingo in de cafetaria
Voor de bewoners van Azalea/Begonia-Campanula/Dahlia-Edelweiss/Fresia, en onze flatbewoners



Dinsdag 21 januari

14u: Bibmobiel in de cafetaria



Maandag 27 januari

14u: Marktboetiek Hilde

Dinsdag 28 januari

14u: Feest van de jarigen
In de cafetaria



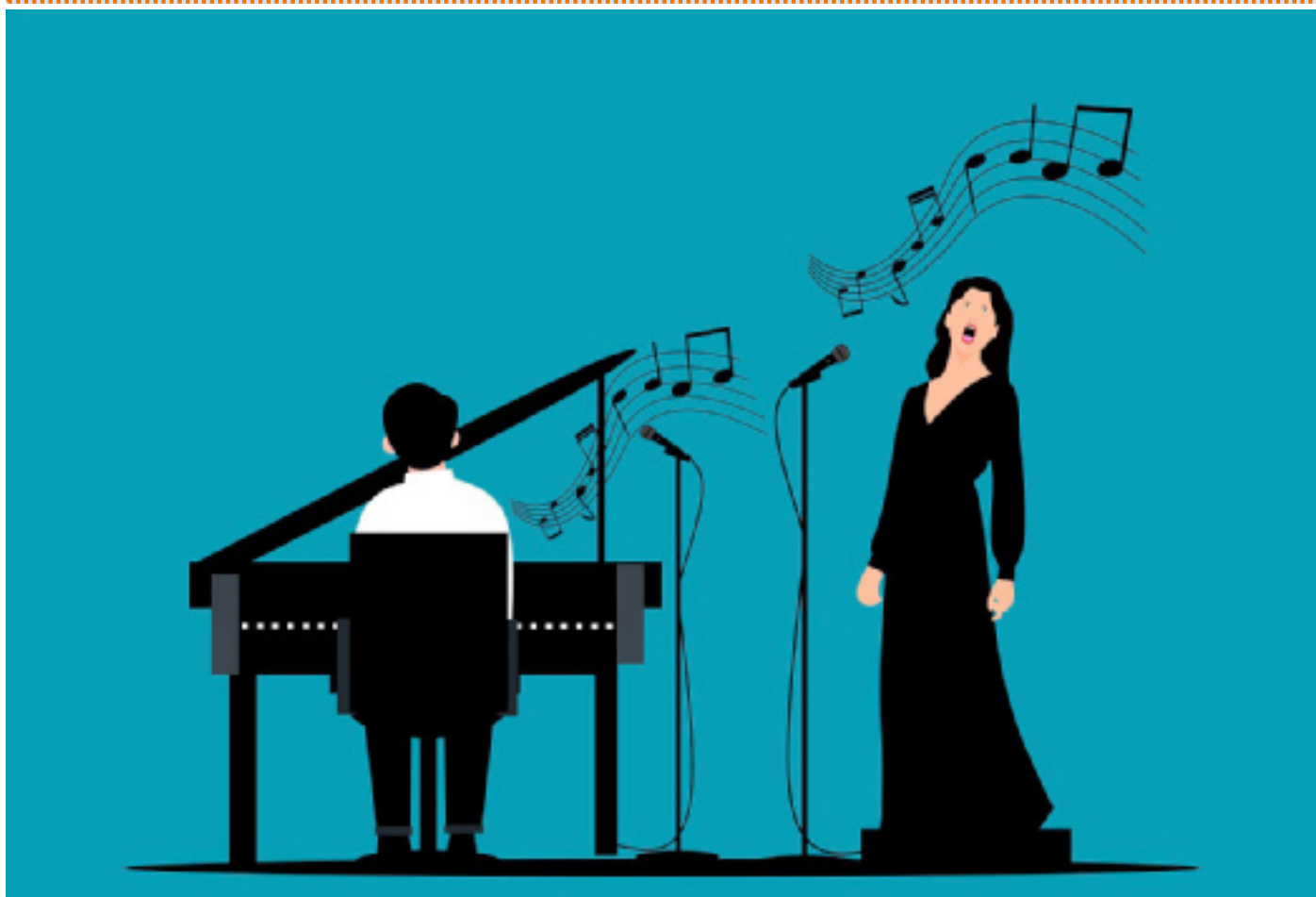
Woensdag 29 januari

10u30: Eucharistieviering in de Zilverlinde

18u-20u: Avondcafé

Externe activiteiten

Op deze pagina brengen we graag een activiteit 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 reclame voor maken.



Ode aan Maria Callas

Fan van opera en Maria Callas? Kom dan op zondag 12 januari naar zaal Lux waar je kan genieten van een prachtig live concert. Gebracht door twee sopranen en een pianist.

Tickets kosten 16 euro en zijn te koop op www.cckapellen.be.

Voorbije weken

Sinterklaas en zijn pieten brachten een bezoekje aan Zonnewende, maakten kennis met onze bewoners en hadden iets lekkers meegebracht.









Tijdens de seniorenweek konden onze bewoners ook nog deelnemen aan de Superbingo, waar superprijzen te rapen vielen.



Feitencheck van de maand

Mannen zijn niet gekrompen sinds 1940



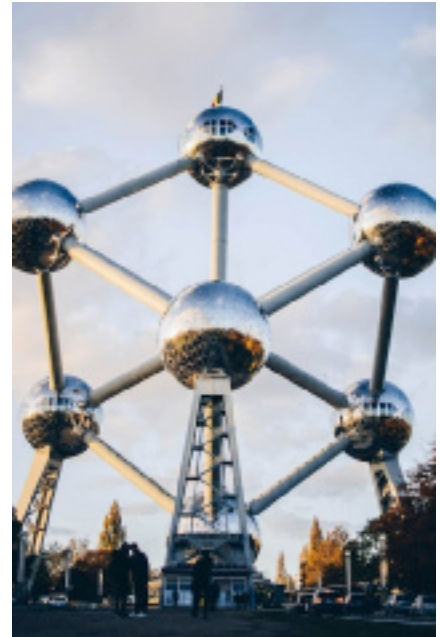
Er doet een bericht de ronde op sociale media dat de mannelijkheid achteruit gaat. Mannen zouden namelijk beduidend kleiner zijn geworden sinds 1940. Echter, uit cijfers blijkt dat de lichaamslengte wereldwijd juist gestegen is. In Europa is de gemiddelde man nu meer dan 5 centimeter groter dan in 1940.

Sinds 20 jaar is er in veel landen, waaronder ook België, wel geen grote toename meer. Verdere groei lijkt gestopt, wat niet wil zeggen dat mannen kleiner worden.

Volgens wetenschapsinstituut Sciensano was de gemiddelde Belgische man in 1997 176 cm groot. Twintig jaar later, in 2018, is daar een centimeter bijgekomen en meet hij gemiddeld 177,3 cm.

Geschiedenis van de maand

België



De geschiedenis van België begint officieel in 1830, met de scheiding van het Verenigd Koninkrijk der Nederlanden. De oprichting van een zelfstandige constitutionele monarchie volgt, alsook de erkenning van de nieuwe staat door verschillende grote mogendheden. Op 4 juni 1831 werd Leopold van Saksen-Coburg-Gotha door het Congres verkozen tot staatshoofd. Enkele weken later, op 21 juli, legde hij de eed af als eerste koning van de Belgen.

Lang daarvoor kende onze streek al een interessante geschiedenis, met rijkdom en armoede, honger en oorlog. Voor zijn onafhankelijkheid werd onze streek overheerst door Spanje, Oostenrijk, Frankrijk en Nederland. Vele oorlogen werden op ons grondgebied uitgevochten. In 1830 dan, na een revolutie, werden onze grenzen definitief vastgelegd. Het duurde nog tot 1839 tot Nederland het verlies van België erkende.

In de loop der jaren is het koninkrijk België verder geëvolueerd naar een federale staat, bestaande uit gemeenschappen en gewesten. België kent drie officiële talen, nl. Nederlands, Frans en Duits.

Tv-serie van de maand

Fawlty Towers

Fawlty Towers is een Britse komedieserie geschreven door John Cleese en Connie Booth. Zij maakten voor de BBC twee reeksen van 6 afleveringen, in 1975 en 1979.

De serie speelt zich af in een familiehôtel, met de naam Fawlty Towers, aan de Engelse zuidkust. Het hôtel is genoemd naar de eigenaar Basil Fawlty (John Cleese), die het hôtel samen uitbaat met zijn vrouw Sybil (Prunella Scales). Het woord “Fawlty”, net zo uitgesproken als “faulty”, betekent ondeugdelijk of defect. Wat niet volkomen toevallig is.

Vaste figuren in de serie zijn het kamermeisje Polly Sherman (Connie Booth), het Spaanse manusje-van-alles Manuel en de kok Terry. Er zijn ook enkele permanente hotelgasten zoals de oude dames Miss Tibs en Miss Gatsby.

De serie kenmerkt zich door de veelvoorkomende misverstanden en stereotyperingen. Zo wil uitbater Basil hardnekkig zijn hôtel naar een hoger niveau tillen. Hij schrikt er niet voor terug zijn klanten te schofferen en werkt zich op die manier vaak in de nesten.

Het idee voor de reeks kwam er nadat o.a. John Cleese en Connie Booth, samen met nog andere leden van Monty Python tijdens opnamen verbleven in een nogal onaangenaam hôtel. Het idee voor een nieuwe serie was geboren.

Fawlty Towers wordt nog steeds wijdverspreid heruitgezonden. In Groot-Brittannië werd de reeks in 2000 verkozen als beste Britse televisieprogramma van de 20e eeuw.

In 2023 kondigde John Cleese aan dat Fawlty Towers terug komt. Het is een vervolg op het laatste seizoen, met een oudere, maar zeker niet wijzere, Basil Fawlty. Wanneer het op de buis komt is nog niet geweten.

Pret & verzet

Onze lieve kleinen

Toen we op reis waren in Frankrijk, reden we langs een weide met twee zwart-wit gevlekte paarden. Waarop onze kleinzoon Owen (5 jaar) riep : “Kijk opa, twee paardjes die van koeien gemaakt zijn !”

Het is etenstijd. Mijn zoontje Thijs (3 jaar) ziet zijn bord Juliennesoep staan en vraagt : “Mama, wat doen die planten in mijn bord ?”

Mijn dochtertje Robin (5 jaar) liet onlangs in haar toekomstplannen kijken toen ze zei : “Mama, als ik later groot ben, ga ik twee kindjes nemen. Een jongen en een meisje. Maar ik ga eerst het meisje uitbroeden.”

Bartje (4 jaar) riep op een dag : “Mama, mama, kom kijken, onze vis kan dansen !”
De goudvis was uit de kom gesprongen en lag wild te spartelen op de grond ...”

Na de eerste schooldag van onze dochter Fien vroegen we haar of ze de volgende dag weer naar de klas zou gaan. Waarop ze meteen antwoordde : “Nee, nee want ik ben al geweest !”

Mijn dochter Sofie (6 jaar) kon maar niet op het woord “priester” komen en vroeg : “Mama, hoe heet ook weer die man die achter de toeg staat in de kerk ?”

Kerst 2006. Mijn jongste dochter Luka (toen 8 maanden) zit aan de feesttafel met een soepstengel, zodat ze er toch ook een beetje bij hoort. Waarop Sebastian (toen net 3) met een lief stemmetje vroeg : “Mama, krijg ik ook een soepengel ?”

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 dacht even na en zei toen: “Blijf dan maar stillekes”

Toen we de kerstboom versierden en de kerststal erbij zetten, was ons zoontje Nik (5 jaar) niet helemaal tevreden met de opstelling van de figuren. Hij zette de kribbe op een andere plaats en zei : “Ik heb die maxi-cosi met Jezus verzet.”

Deze week ging ik met mijn kleinzootje Gianni (4 jaar) in het ziekenhuis op bezoek bij mijn moeder (81 jaar). Gianni keek eens goed rond en vroeg toen : “Mémé, waar is je babytje?”

“Soldaat Meskens, ik heb u vanmorgen niet gezien bij de camoufla­ge­oefening!”

“Dank u voor het compliment, sergeant.”

Erik had de indruk dat het gehoor van zijn vrouw Jeanine er niet op verbeterd was en besloot dat eens te testen. Hij kwam stil door de voordeur naar binnen en bleef op een afstand van 10 meter achter zijn vrouw staan.

“Jeanine, hoor je me?” vroeg hij.

Hij hoorde niets, dus ging hij een paar stappen vooruit.

“Jeanine, hoor je me?”

Weer geen antwoord.

Erik liep door tot op nauwelijks drie meter van zijn vrouw en vroeg: “Jeanine, hoor je mij?”

“Ja, schat”, antwoordde Jeanine. “Voor de derde keer: ja!”

“Ik zit in zulke diepe schulden dat ik er ’s nachts gewoon niet kan van slapen.”

“Maar je moet toch slapen, kerel. Anders hou je het niet vol!”

“Tuurlijk, dat doe ik overdag!”

“Toen ik als jongeman in Antwerpen aankwam, had ik maar enkele euro’s op zak.”

“Toen ik in Antwerpen aankwam, had ik geen geld op zak en bovendien had ik ook niets om aan te trekken.”

“Meen je dat?”

“Ja, ik ben namelijk in Antwerpen geboren.”

De brandweercommandant is een nieuweling aan het opleiden.

“Stel je voor”, zegt hij. “Jij hebt hier de wacht. We zijn juist uitgerukt naar een brand en jij krijgt de melding dat er nog een brand is, helemaal aan de andere kant van de stad. Wat doe je?”

“Ik rijd zo vlug mogelijk naar die brand en probeer hem gaande te houden tot jullie klaar zijn met het blussen van de eerste.”

Twee ambtenaren hadden het over de hoeveelheid slaap die mensen nodig hebben.

“De mensen slapen over het algemeen te veel”, merkte de eerste op. “Ik vind dat vier uur per dag meer dan voldoende is.”

“Dat vind ik ook! De rest kun je ’s nachts inhalen.”

“Is jouw man bijgelovig?”

“Ja, en niet zomaar een beetje! Hij weigert zelfs zijn dertiende maand!”

“De wet van de zwaartekracht verhindert dat we van de aardbol vallen. Is dat duidelijk?” vraagt de onderwijzer.

“Niet helemaal, meester. Hoe konden de mensen dan op de aarde blijven vóór die wet er kwam?”

Op een groot feest raken twee mannen met elkaar in gesprek.

“Weet u wel dat het heel gemakkelijk is om zonder uitnodiging op zo’n feest binnen te raken?

Ik heb in elk geval geen uitnodiging en toch ben ik hier.”

“Ik heb ook geen uitnodiging ontvangen”, zegt de andere.

“En hoe hebt u dat dan klaargespeeld?”

“Gemakkelijk. Ik ben de gastheer.”

Oma heeft nog nooit een borrel gedronken maar voor haar 75e verjaardag wil ze het wel eens wagen. Ze neemt voorzichtig een slokje en zegt: “Maar dat is het medicijn dat mijn Hendrik vijftig jaar lang moest innemen op bevel van de dokter!”

Een oude lift vol mensen bewoog geen millimeter. Een paar mensen stapten uit, maar nog steeds kwam er geen beweging in de lift. Toen kwam er een heel klein dametje uit en meteen gingen de deuren dicht en begon de lift te stijgen. Het dametje zuchtte: “Ik weeg niet zo veel, maar ik heb wel veel op mijn geweten.”

Een politieagent houdt een verstrooide automobilist tegen die in de verkeerde richting in een straat met eenrichtingsverkeer rijdt.

“Weet u eigenlijk wel waar u naartoe gaat?” vraagt hij.

“Nee, eigenlijk niet. Maar ik ben waarschijnlijk wel aan de late kant, want iedereen komt blijkbare al weer terug.”

Een vrouw stapt een speciaalzaak binnen en vraagt om een goed schoonmaakmiddel.

“We hebben juist iets nieuws binnengekregen”, antwoordt de winkelbediende. “Met deze spuitbus hier is het halve werk al gedaan.”

“Wel, geef mij er dan maar twee”, antwoordt de vrouw.

Elke zaterdag gaat de doofstomme vrijgezellenclub op café. Op een dag heeft cafébaas Jimmy griep en hij vraagt aan zijn broer Pol om voor hem in te vallen. Hij kan het zich immers niet permitteren om het café te sluiten als de club komt.

“Het is niet moeilijk om hen te verstaan”, zegt Jimmy. “Ze drinken alleen maar bier en whiskey. Als ze één vinger opsteken willen ze bier. Steken ze twee vingers omhoog dan willen ze whiskey. Dat is het.”

Die avond opent Pol het café en alles verloopt vlekkeloos. Maar plots beginnen de leden van de club met hun hoofden te draaien en hun monden te happen. Pol weet niet wat gedaan. Hij gooit vijf dozen frikandellen in het frietvet en serveert ze met frietjes. De clubleden beginnen te eten en drinken daarna nog wat. Maar dan beginnen ze weer met hun hoofden te draaien en hun monden te happen. Ten einde raad belt Pol zijn broer op en zegt dat hij echt niet begrijpt wat ze willen.

“O, dat was ik vergeten te zeggen! Als ze dat doen, zitten ze hun clublied te zingen.”

Doordenker

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

WELK WOORD STAAT NIET IN HET ROOSTER?

BASTIAAN - BERNHARD - BOUDEWIJN - JAN - JOHAN - LAMBERT - LAURENS
- LEENDERT - MAARTEN - MANFRED - MAURITS - NIELS - NORBERT - OLAF
PATRICK - REMVO - RODERIK - VINCENT - WALTER - WILLEM - WOUTER



Oplossing

Oplossing van de maand December : BOKSEN stond niet in het rooster .

Schiftingsvraag : Het koor 'de vrolijke noot' telt 24 leden

Winnaar : Simonne Gysen K361, Ludo Van Bogaert K144, Maria Van Dyck K158

Het voorlaatste blad mag ingevuld afgegeven worden aan de receptie voor 20 Januari 2025.
Het juiste antwoord wordt beloond. Veel succes !!!!

Naam:

Kamer of flatje:

Schiftingsvraag :Hoeveel kerstmannen staan er in de centrale gang beneden?

Tot slot

Bronnen

<https://www.visitoostende.be>

<https://www.uitinvlaanderen.be>

<https://www.wikipedia.be>

<https://www.factcheck.vlaanderen.be>

<https://www.business.belgium.be>

<https://www.pixabay.com>

<https://www.pexels.com>

<https://www.freepik.com>

Redactie en vormgeving

Sarah en Evy

Met dank aan

Ilse en Pascale voor hun teksten

Betty voor de doordenker



WZC ZONNEWENDE

Kerkstraat 5-9
2950 Kapellen

Tel. 03 660 25 00

info.zw@zusters-berlaar.be

Dit huiskrantje is digitaal terug te vinden op onze website
www.zonnewendekapellen.be.