



WZC ZONNEWENDE
Kapellen
Zorggroep Zusters van Berlaar



't Zonneke
WZC Zonnewende
December 2025

Inhoud



Voorwoord	3
Pastoraal Hoekje	6
Bewonersnieuws	13
Maandinfo	16
Kerstnieuws	20
Valpreventie	24
Puzzelhoekje	25
Activiteiten	29
Feitencheck van de maand	35
Geschiedenis van de maand	36
Tv-serie van de maand	37
Pret en verzet	38
Doordenker	41
Tot slot	43

Voorwoord

Beste bewoner, familie,...
Beste lezer,

Hoor wie klopt daar? Het is de laatste maand van het jaar! December heeft heel wat te bieden. Zo vieren we kerst, oud en nieuw, en de komst van de goedheilig man uit Spanje. Lichtjes en versiering zorgen voor de gezelligheid, er is lekker eten à volonté, we doen een extra zachte trui aan, kruipen wat dichterbij elkaar.... Ook in Zonnewende dragen we ons steentje bij. Zo zijn er enkele jaarlijkse tradities die we ook dit jaar niet zullen verbreken. We verwelkomen Sinterklaas, je kan 4 (!) dagen komen snuisteren op onze kerstcafetaria én het keukenteam tovert weer een heerlijk kerstmenu op de feesttafel. Verderop in dit Zonneke kan je de exacte data terugvinden.

Laten we er samen iets moois van maken!

December betekent ook afscheid nemen van onze thema's van de maand. We checken voor de laatste keer een feitje. Zo gaan we na of skiën in de Alpen binnenkort een uitgestorven sport is. We duiken een laatste keer de geschiedenis in, en zullen nagaan waar het gebruik van de kerststal vandaan komt. Tot slot is er nog Tv-serie van de maand. Deze keer hebben we het over Columbo.

Veel leesplezier!
De redactie

WAT IS'T PLAN?

Toelichting bij de open brief van de Vlaamse woonzorgcentra aan minister Caroline Gennez

Beste bewoners en familieleden,

Jullie vernamen het misschien al via de media. Deze week bundelden alle directeurs van de woonzorgcentra hun krachten in een open brief aan minister Caroline Gennez. Ook wij ondersteunen die oproep en lichten graag toe waarom.

De overheid kondigde een besparing van 30 miljoen euro aan in de woonzorgcentra en 30 miljoen in de thuiszorg. Recent kwam daar opnieuw 16 miljoen euro bovenop voor de woonzorgcentra en dat via een besparing op de middelen voor bewoners met een hogere zorgnood. In het totaal betekent dit een vermindering van ongeveer € 45 subsidies die wij voor elke bewoner per maand vanuit de overheid ontvangen.

Het is voor woonzorgcentra ontzettend moeilijk om het hoofd boven water te houden. De reserves die we opbouwen zijn broodnodig om aan de huidige (vaak door de overheid opgelegde) normen te voldoen en gaan rechtstreeks naar de noodzakelijke bouwwerken en renovaties. Wij begrijpen dus niet over welk “vet op de soep” de minister spreekt.

Woonzorgcentra kunnen enkel blijven draaien via de inkomsten die vanuit de overheid komen en vanuit de bewoners. Wanneer de overheid haar steun vermindert, ontstaat er automatisch druk om meer kosten door te rekenen aan de bewoners zelf. Iets waar ook wij ons niet in kunnen vinden.

Deze besparingen komen op een moment waarop de zorgvragen toenemen: er zijn meer ouderen, meer mensen met dementie en meer complexe zorgnoden. Wij willen blijven investeren in warme, menswaardige en kwaliteitsvolle zorg, maar daarvoor is een duidelijk toekomstplan én voldoende (financiële) steun nodig.

Vanuit de sector liggen concrete voorstellen en uitgewerkte krijtlijnen klaar. Toch krijgen deze jammer genoeg geen gehoor. Daarom vragen wij, samen met alle andere woonzorgcentra aan de minister: "Wat is't plan?" We hopen dat de Vlaamse Regering snel duidelijkheid biedt, zodat wij de zorg kunnen blijven garanderen die iedereen verdient.

Wil je deze petitie steunen? Laat dan zeker van je horen via volgende QR-code. Opgelet: een donatie is niet nodig, die gaat enkel naar het petitieplatform (en kan jammer genoeg niet worden uitgezet). Kies dus in de laatste stap gerust voor "een donatie is niet mogelijk voor mij".

Guy Henkens
Overkoepelend Campusdirecteur
WZC Zonnewende

WAT IS'T PLAN?

Steun jij mee onze petitie
voor de woonzorg? Scan
de QR-code en voeg je
stem toe.



Pastoraal hoekje

December - Advent - KERSTMIS!

Bijzondere data in december

- 30 november: 1e zondag van de ADVENT
- 06 december: Heilige Nikolaas
- 07 december: 2e zondag van de advent
- 08 december: Maria-Onbevleete-Ontvangenis
- 13 december: Heilige Lucia, martelares
- 14 december: 3e zondag van de advent
- 21 december: 4e zondag van de advent
- 25 december: KERSTMIS - Geboorte van de Heer
- 26 december: Heilige Stefanus, eerste martelaar
- 27 december: Heilige Johannes, apostel en evangelist
- 28 december (in 2025): Heilige Familie - Jezus, Maria, Jozef
- 28 december: Heiligen Onschuldige Kinderen

Advent

Hoe donkerder en kouder de dagen worden, hoe meer we verlangen naar licht en warmte, ook in onszelf. We staan stil bij ons leven en onze wereld ... het is advent. De Bijbellezingen van de advent vertellen ons over visioenen vol verwachting. Ze doen ons verlangen naar wat nog niet is, niet om erbij weg te dromen, maar om wakker te worden en attent te zijn. In de advent klinkt er steeds een dubbele boodschap.

Enerzijds horen we mooie dromen, de belofte dat de wereld ooit een betere plek zal worden. De wonderlijke woorden en beelden van de profeet Jesaja doen ons uitkijken naar een wereld waar iedereen mee is, een wereld van solidariteit. De advent is een vreugdevolle tijd!

Maar anderzijds is het visioen nooit vrijblijvend. Steeds volgt onmiddellijk de oproep dat we er zelf iets voor moeten doen. Met de droom voor ogen ons inzetten om de hindernissen aan te pakken en er voor te zorgen dat de ideale wereld dichterbij komt. De woorden van de evangelist Matteüs zijn duidelijk. In de advent komen de toekomst en het nu samen, gaan de verbeelding en de actie hand in hand, dromen én wakker zijn.

Advent is net als Maria de dagen aftellen en samen op de geboorte wachten. De verhalen die de komst van hét Kind oproepen aan elkaar vertellen. Ons huis, onze kamer klaarmaken zodat elkeen die nu reeds binnenkomt voelt dat het kind welkom is. Met verlangen de naam uitspreken die op de dag van de geboorte met vreugde zal klinken: JEZUS

Advent is uitkijken naar de dag dat dit goddelijk Kind er zal zijn!

Gedurende de ADVENT zijn er in ons woonzorgcentrum twee eucharistievieringen:

- Woensdag 03 december om 10.30 uur in de Zilverlinde
- Woensdag 17 december om 10.30 uur in de kapel

Maria-Onbevleete-Ontvangenis, 8 december

De onbevleete ontvangenis van Maria is een dogma van de katholieke Kerk dat stelt dat Maria verwekt werd en ter wereld kwam zonder met de erfzonde te zijn bevlekt. Deze bijzondere status van Maria wordt met een hoogfeest gevierd op 8 december, negen maanden voor het feest van de geboorte van Maria op 8 september.

Maria werd met een niet door de erfzonde aangetaste ziel en lichaam ontvangen in de schoot van haar moeder, volgens de traditie Anna. Ze werd door God gevrijwaard van de besmetting van de erfzonde, met het oog op haar moederschap van haar Zoon Jezus Christus, de verlosser van de wereld. Volgens de katholieke geloofsleer bracht de bijzondere uitverkiezing van Maria met zich mee dat zij de enige mens in heel de geschiedenis is van wie de ziel nooit met enige zonde bevlekt geweest is, zelfs niet met de erfzonde.

Het dogma werd op 8 december 1854 met de pauselijke bul 'Ineffabilis Deus' afgekondigd door paus Pius IX en zette onder katholieken een nieuwe golf van Mariaverering in gang.

(bron: Wikipedia)

KERSTMIS

Met Kerstmis vertelt God ons hoe het allemaal begonnen is:
zo innig en zo klein in de frêle handen van een jonge moeder
die Hem koesterde en verwarmde.

Met Kerstmis vertelt God ons dat Hij verzot is op de mensen.
Maar hoe kun je nu liefde uitleggen?
Het is niet simpel, ook niet voor God.
Wie liefheeft, heeft overigens geen uitleg nodig
en wie nooit heeft liefgehad, zal het ook nooit begrijpen.
Ik heb de mensenwereld aangeraakt met mijn mond, zegt God,
en met mijn kleine kinderhandjes.
Ik heb deze wereld gestreeld, deze wereld zoals hij is.

Kerstmis is één grote vertelling van God om ons te zeggen
dat onze wereld ook zijn wereld is
en dat elke mens door Hem gezien en bedoeld is
als een wonder uit zijn hand, een wonder om lief te hebben.

(naar Manu Verhulst)

De LIEFDE van God is ons verschenen in een Kind,
in een Mens van vlees en bloed
en dat Kind wordt genoemd:
Zoon van God, Zoon van mensen.
Danken wij God voor dit prachtgeschenk!

Wij vieren in ons woonzorgcentrum het hoogfeest van KERSTMIS met een woord- en communieviering én BIJZONDERE LIVEMUZIEK 'VAN HET HUIS'. **Mis dit zeker niet!** Van harte WELKOM, ook familieleden!

- Woensdag 24 december om 14.00 uur in de Zilverlinde

Heiligen Onschuldige Kinderen, 28 december

De katholieke Kerk viert op 28 december het feest van de Onnozele Kinderen. Met 'onnozele kinderen' worden de onschuldige jongetjes van Bethlehem bedoeld die in opdracht van koning Herodes de Grote werden vermoord, de kindermoord van Bethlehem. Omdat zij stierven in de plaats van het Kerstkind worden zij als martelaren vereerd. De Onnozele Kinderen zijn de eerste slachtoffers van de vijanden van Christus.

Herodes was bang dat de komst van een nieuwe Joodse koning het einde van zijn macht zou betekenen. Van de Wijzen uit het Oosten hoorde hij dat die nieuwe koning in Bethlehem geboren zou worden. Toen de Wijzen in een droom vernamen dat Herodes kwaadaardige bedoelingen had en Jezus wilde doden, leidden ze hem om de tuin. Daarop werd Herodes woest en liet zijn mannen in Bethlehem en omstreken al de jongens van twee jaar en jonger vermoorden. Jozef had echter in een droom van een engel opdracht gekregen met Maria en Jezus te vluchten naar Egypte.

De datum van Jezus' geboorte is niet bekend, maar wordt traditioneel gevierd op 25 december. Het feest van de Driekoningen en het feest van de Onnozele Kinderen zijn kort daarna, maar niet in de te verwachten volgorde. Meestal legt men dat uit door te zeggen dat er na het bezoek van de koningen (6 januari) bijna een jaar voorbijging voordat Herodes bevel gaf tot de kindermoord (28 december). Overigens vierden de vroegste christenen in het oosten Jezus' geboorte met Driekoningen zoals dit werd ingesteld door de patriarch van Jeruzalem, terwijl de patriarch van Rome voor 25 december koos.

(bron: Wikipedia)

Terugblik op november

Met twee foto's blikken we even terug op het begin van de maand november. 1 en 2 november, Allerheiligen en Allerzielen, en 3 november, Sint-Hubertus.

Met de herdenkingsplekjes op de woongroepen, de herdenkingsuurtjes in de kapel in de laatste week van oktober, de eucharistieviering op 5 november en de lectuurtafel in de kapel (zie foto) schonken we aandacht aan onze dierbare overledenen.

We creëerden een warme verbondenheid.

Op het naamfeest van Sint-Hubertus aten we 'huibekes' (zie foto), gezegend Sint-Hubertusbrood.



Tijdloze dagkalender van "Bond zonder naam"

Spreekwoorden van vijf willekeurige dagen in december ...

04/12: Laat geen moment voorbij gaan om iets liefs te zeggen.

08/12: Krijgen vult de hand, geven vult het hart.

11/12: Fouten zijn kansen om iets te leren.

16/12: Piekeren geeft niet minder zorgen, wel minder energie.

30/12: Warme mensen zetten niemand in de kou.

Weetje van de maand

Kerstkaart

Een kerstkaart is een wenskaart die wordt gekenmerkt door een kerstgroet en wensen voor het komende nieuwe jaar. Over de hele wereld is het een gebruik om rond Kerstmis familie en kennissen een kerstkaart te sturen.

Waar komt het vandaan?

Het uitbrengen van een kerstgroet is ouder dan men zou denken. In de Middeleeuwen werden op het Europese vasteland houtsnijwerken met religieuze kersttaferelen aangeboden aan geliefden of kasteelheren.

Het verzenden van kerst- en nieuwjaarsgroeten stamt eigenlijk uit de 19e eeuw. De Engelse tekenaar John Callcott Horsley maakte in 1843 de eerste kerstkaart met de tekst 'een vrolijk kerstfeest en een gelukkig nieuwjaar voor u'. Deze eerste kaart toonde een kerstviering van een gezin.

In de Verenigde Staten begon de in Duitsland geboren drukker Louis Prang omstreeks 1875 met het massaal produceren van kerstkaarten. Deze kaarten waren zeer in trek bij het Amerikaanse publiek en het verzenden van kerstkaarten werd een feit.

In Nederland bood de Amsterdamse boekhandelaar Koster in 1873 als eerste wenskaarten aan, alleen gericht op nieuwjaar. Ze bevatten een wens in rijmvorm.

In België lezen kinderen nog altijd met nieuwjaar een nieuwjaarsbrief voor aan hun familie.

(bron: Wikipedia)

Aanbod vieringen in ons woonzorgcentrum

- Woensdag 03 december om 10.30 uur: eucharistie in de Zilverlinde
- Woensdag 17 december om 10.30 uur: eucharistie in de **kapel**
- Woensdag 24 december om 14.00 uur: **kerstviering** in de Zilverlinde, woord- en communieviering **én livemuziek 'van het huis'**
- Woensdag 31 december om 10.30 uur: eucharistie in de Zilverlinde

AANBOD!

Wens je een gebedsintentie in de eucharistieviering? Iets of iemand waarvoor je wil bidden? Kan eventueel naamloos. Of gewoon danken? Of misschien iets vragen voor jezelf? Laat het me tijdig weten dan nemen we dit op in de voorbede. Voor alle duidelijkheid: dit is gratis!

KAARSJE BRANDEN!

Weet dat je ook altijd welkom bent in de kapel/stille ruimte om een (led)kaarsje te branden voor iets of iemand. Ook dit is gratis!

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:

Eucharistie meevieren via tv:

- **07/12/2025 - 2^e zondag van de advent**
op **VRT 1** om 10.00 uur
Heilig Hartkerk, Ekeren-Donk
- **14/12/2025 - 3^e zondag van de advent**
op **NPO 2 (Nederland)** om 10.00 uur
Sint-Franciscusbasiliek, Bolsward

- 21/12/2025 - 4^e zondag van de advent
op **VRT 1** om 10.00 uur
Sint-Pieterskerk, Jette
- 24/12/2025 - KERSTMIS, nachtmis
op **VRT 1** (Eurovisie) om **24.00 uur**
- 25/12/2025 - KERSTMIS, dagmis
op **VRT 1** (Eurovisie) om **11.00 uur**
- 28/12/2025 - Heilige Familie
op **NPO 2** (Nederland) om 10.00 uur
Sint-Elisabethkerk, Grave

(bron: *otheo.be*)

Meevieren in de Sint-Jacobuskerk, naast het woonzorgcentrum:

- Iedere zondag van december: viering om 11.00 uur
- Kerstvieringen:
 - **woensdag 24/12 om 17.00 uur**
 - **donderdag 25/12 om 11.00 uur**
- Zondag 7/12 om **15.00 uur**:
Inspirerende adventsbezinning met een gelegenheidskoor

Kerst- en nieuwjaarswens

Reeds van bij het begin,
bij het ontstaan van alle leven,
verwarmde Gods liefde de aarde.
In die bijzondere 'heilige nacht'
kreeg die Liefde een menselijk gelaat.
God werd mens in Jezus...

Bezinning

(Kathleen Boedt)

Een dagelijkse portie slecht nieuws
verkilt een mens
en 'geen nieuws, goed nieuws'
is een magere troost.

Warm als de zon
-ondanks de winter-
hoopvol,
vurig en krachtig
klinkt het woord van de bode:
VREDE.

Zo iemand moet wel
een engel of een profeet zijn.
Tenminste voor wie hem beluistert
met goede wil.

Vrede is niet alleen een wens,
veeleer een vraag
die op antwoord wacht.

Dan wordt het Kerstmis.

Een vreugdevolle kersttijd en een hoopvol nieuwjaar!

Vanwege Pascale
en de collega's en vrijwilligers van de domeinvergadering RZL
(religie - zingeving - levensbeschouwing)

Bewonersnieuws

De jarigen van december

1 december **Adèle Duysan** 95 jaar *Hyacint*
9 december **Leo Van Mol** 87 jaar *Hyacint*
12 december **Maria Hermans** 94 jaar *Azalea*
14 december **Paul Suetens** 103 jaar *Hyacint*
15 december **Maria Verrijken** 93 jaar *Azalea*
15 december **Anna Van Gansen** 87 jaar *Gladiaal*
16 december **Hélène Verstrepen** 90 jaar *Hyacint*
21 december **Lucien Truyma** 92 jaar *Edelweiss*
24 december **Emile Vleminckx** 84 jaar *Begonia*

2 december **Hélène Jackisch** 89 jaar *Cederhof I*
5 december **Gaston Van Himschoot** 96 jaar *Cederhof I*
7 december **Elza Van Aken** 88 jaar *Cederhof III*
8 december **Susanne Leysen** 82 jaar *Cederhof II*
8 december **Danny Vanmechelen** 62 jaar *Cederhof II*
9 december **Rita Bellon** 87 jaar *Cederhof I*
9 december **Christiane Burgelman** 80 jaar *Cederhof I*
10 december **Jeannine Lauwers** 80 jaar *Cederhof I*
15 december **Annie Van Eemeren** 91 jaar *Cederhof I*
18 december **Bertha Van Oevelen** 83 jaar *Cederhof III*
19 december **Lorraine Van de Voorde** 94 jaar *Cederhof I*
30 december **Maria Paternotte** 94 jaar *Cederhof III*
31 december **Hugo Dierckx** 83 jaar *Cederhof III*

Hiep hiep hoera!

Hier verwelkomen we graag onze nieuwe
bewoners!

Welkom!

Karin Delen – Dahlia
Simonne Dieltjens – Campanula
Mia Bekers – Dahlia

Jeannine Lauwers – Cederhof I
Danny Vanmechelen – Cederhof II



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

**Roger De Lauwer – Edelweiss
Christianne Bosman – Campanula
Ria Nuyens – Edelweiss
Ina Verstallen – Dahlia**

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

Maandinfo

Een vleugje poëzie

De laatste dagen...

*En de laatste vragen
Van het geleden jaar
Staan voor de deur,
De bomen kouder
En de dromen ouder
Maar de verwachting
Nog vol gloed en kleur
Want we geloven: het licht van boven
Is niet te doven
Stelt niet teleur
Voor alle vragen
Van alle dagen
Achter de einder
Achter de deur.*

Anton Van Wilderode

Beleef de maand: Wereldaidsdag



In 1981 schrikt de wereld op door een nieuwe dodelijke ziekte. Er vallen over de hele wereld slachtoffers en de ziekte krijgt de naam aids. Twee jaar later ontdekken onderzoekers het virus dat aids veroorzaakt, nl. hiv. In 1985 ontwikkelen wetenschappers een hiv-test om het virus op te sporen. Testte je in die tijd positief dan was de kans erg groot dat je geconfronteerd werd met je dood. In 1986 werd het eerste medicijn toegediend aan mensen met aids. De ziekte werd ermee vertraagd, maar nog niet helemaal mee onderdrukt. Men bleef werken aan betere medicijnen.

Op 1 december 1988 vond dan voor het eerst Wereldaidsdag plaats. Dit was een initiatief van de Wereldgezondheidsorganisatie. Na 37 jaar vindt deze actie nog steeds plaats op 1 december.

Wereldwijd is het een moment om aandacht te vragen voor de strijd tegen aids en te vragen voor solidariteit met mensen met hiv en aids. Vaak wordt er die dag een opvallende actie gehouden, wordt er een nieuwe campagne afgetrapt en wordt nieuw onderzoek gepubliceerd.

In 1996 slaagt een cocktail van hiv-remmende medicijnen er voor het eerst in het hiv-virus te onderdrukken zodat aids uitblijft. Miljoenen mensenlevens worden hier mee gered. Sinds 2007 is er een 3-in-1 pil op de markt, waardoor mensen met hiv geen resermpjes aan pillen meer moeten nemen en hun behandeling ook makkelijker kunnen volhouden. In 2011 ontdekt men dat hiv-remmers er ook voor zorgen dat hiv niet meer wordt overgedragen. Ondertussen blijft men verder onderzoek doen naar hiv. Zo is er de afgelopen jaren nog een hiv-preventiepil op de markt gekomen en hebben ze goede eerste resultaten van een halfjaarlijkse hiv-preventieprik.

De afgelopen jaren zag men een dalende trend in het aantal hiv-besmettingen in België. Sinds 2023 stijgt het aantal weer lichtjes. Dit toont aan dat een dag zoals Wereldaidsdag nog steeds belangrijk is om hiv blijvend onder de aandacht te brengen.

Herinnering: gespreksnamiddag WOII



De meeste bewoners hebben Wereldoorlog II meegemaakt. De ervaring leert dat sommige mensen nog regelmatig herinneringen aan de oorlog ophalen en dat het hen oplucht erover te vertellen.

Met de begeleiders wonen en leven en met Pascale willen we een namiddag organiseren waarop we oorlogsherinneringen samen willen delen.

Gespreksnamiddag met geïnteresseerde bewoners op vrijdag 5 december om 14.00 uur in de Zilverlinde.

Wenst u een 'persoonlijk' gesprek rond dit onderwerp, laat het zeker weten aan uw teamcoach of begeleider wonen en leven of aan zorgpastor Pascale.

Wat er zich in de oorlogsjaren in Kapellen en omstreken heeft afgespeeld, interesseert ons bijzonder. Kent u mensen (mag ook van buiten Zonnewende zijn) die boeiende en interessante verhalen te vertellen hebben, laat ons ook dat zeker weten.

We helpen zo Stéphane Peeters die werkt aan een boek (we verwijzen naar een artikel in 't Zonneke van november). Ook hij zal op de gespreksnamiddag aanwezig zijn.

Nieuw! Computer aan het onthaal

Wil je eens graag iets opzoeken op het internet?
Speel je wel eens graag een computerspelletje?
Of ben je benieuwd hoe een computer werkt?

Sinds kort staat er een computer
voor iedereen die wil in de lounge beneden.
Kom gerust eens een kijkje nemen.

Ook voor een babbeltje, een spelletje, de
krant of een boekje kan je hier terecht!



Kerstnieuws



Kerstcafetaria

Onze cafetaria wordt weer omgetoverd tot een sfeervolle kerstmarkt!



Iedereen is welkom om de warme kerstsfeer te komen opsnuiven!

De kerstcafetaria is open:

- * Woensdag 10 december
- * Donderdag 11 december
- * Vrijdag 12 december
- * Zaterdag 13 december

Telkens van 14u tot 16u30.



Kerstfeest

Het keukenteam tovert ook dit jaar een heerlijk kerstmenu op tafel!



Wanneer?

- * Maandag 15 december:
 - 11u30: voor de bewoners van Edelweiss-Fresia, in de cafetaria
 - 11u45: voor de bewoners van Hyacint, in de Zilverlinde
- * Dinsdag 16 december:
 - 11u30: voor de bewoners van Azalea-Begonia, in de cafetaria
 - 11u45: voor de bewoners van Gladiool, in de Zilverlinde
- * Woensdag 17 december:
 - 11u30: voor de bewoners van Campanula-Dahlia, in de cafetaria
 - 11u45: voor de bewoners van Iris, in de Zilverlinde
- * Donderdag 18 december:
 - 11u30: voor de gebruikers van ons CDV, in de cafetaria
 - 11u45: voor onze flatbewoners, in de Zilverlinde



Kerstviering

Stilstaan bij de boodschap van Kerstmis...



Op woensdag 24 december houden we naar jaarlijkse gewoonte onze kerstviering.

Bewoners, familie,... iedereen is welkom!

De woord-en communiedienst, met livemuziek "van het huis", gaat door om 14u, in de Zilverlinde.

Nadien nodigen we alle aanwezigen uit om samen op de woongroepen het glas te heffen op een zalige kerst!



Nieuwjaarkezoete

Tradities zijn er om in ere te houden! Zo ook die van het nieuwjaarszingen.



Passeer op woensdag 31 december in de loop van de namiddag langs de cafetaria, zing uit volle borst een nieuwjaarkezoete en wie weet krijg je een leuke traktatie!



***"Nieuwjaarkezoete
Een varken heeft vier voeten
vier voeten en een staart
is dat dan geen centje waard?"***



***"Oudjaar nieuwjaar
twee koeken is een paar,
ik wens u een gelukkig nieuwjaar"***



***"Nieuwjaarke tak
Ge ziet het aan men klak
Ge ziet het aan mijn haar
't Is morge nieuwjaar"***



Valpreventie

Tip van de feestmaand: GENIETEN VAN DE KLEINE DINGEN VAN DES LEVENS

Beste lezers,

Het is alweer december, het ene feest na het andere staat op het programma en laat ons daar ten volle van genieten.

Dit jaar hebben we een aantal valrisico's overlopen en meestal komt het op hetzelfde neer: altijd voorzichtig zijn. Voorzichtig wanneer we uit onze zetel stappen of uit bed komen, voorzichtig wanneer we een stapje vooruit zetten. Soms verandert onze situatie, bijvoorbeeld bij het eerste gebruik van een rollator. Dan moeten we ons gedrag aanpassen. Een goede raad is goud waard. Wanneer we ons klak smijten naar de goede raad over valpreventie, kan een val ons in een rolstoel doen belanden... Dan staan we verder van huis bij deze grote aanpassing.

Kortom ons gedrag heeft dus veel invloed op onze veiligheid. En van veilig gesproken: zo eens een blik werpen op onze woonst of kamer kan nooit kwaad. Zijn er teveel matten of hindernissen? Liggen er losse draden op de grond? Een onveilige omgeving kan pijnlijke totterpartijen veroorzaken...

En omdat het nieuwe jaar stilletjes in zicht komt, kunnen we hier al goede voornemens ter sprake brengen.

Laten we ons ook in het nieuwe jaar richten op valpreventie, het blijft belangrijk voor de kwaliteit van ons doen en laten.

Maar eerst wensen we jullie, lieve lezers, een mooie en warme eindejaarsperiode toe!



BEWEGING VAN DE MAAND

We houden het simpel in de laatste maand van het jaar: we gaan onze schouders op en neer bewegen, dit 10 maal.

In onze schouders zit veel spanning en we kunnen er op letten dat we onze schouders laten zakken, dat geeft al direct ontspanning in ons hele lijf.

Succes!

Puzzelhoekje

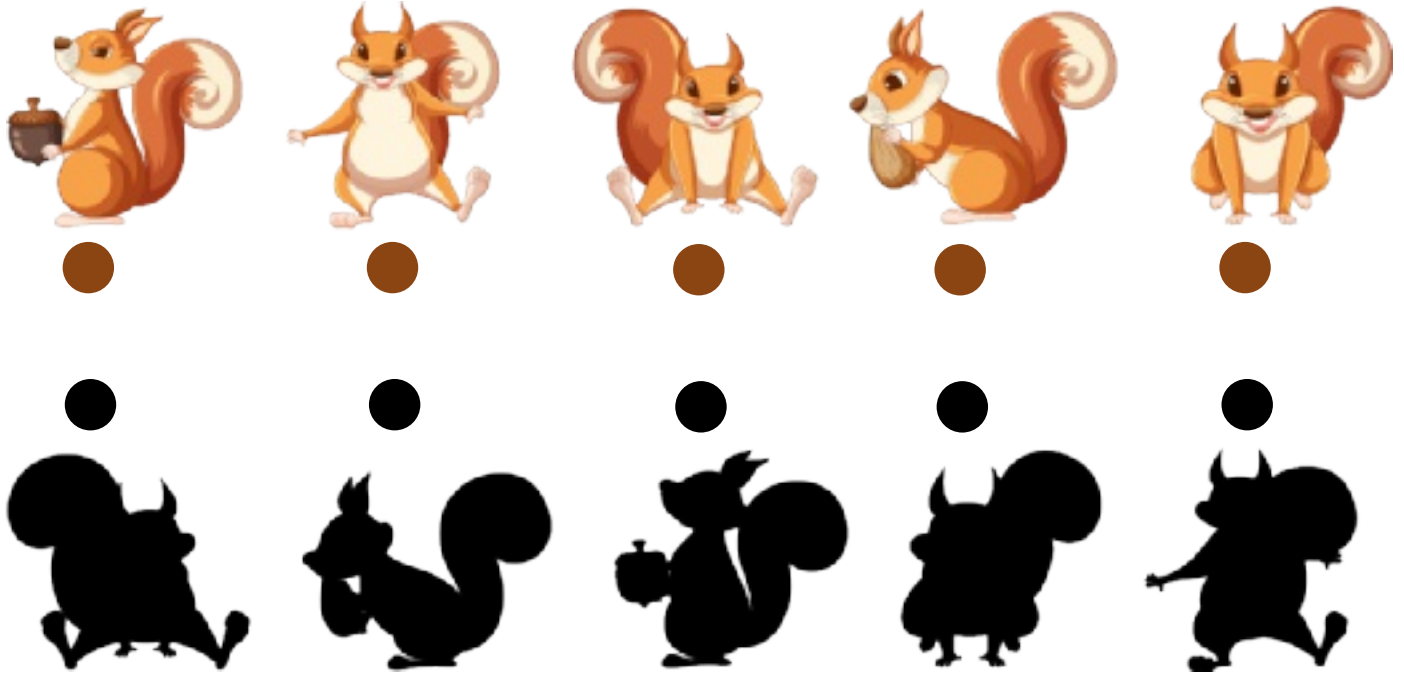
Kerstbeelden

Bij ieder kerstbeeld (links) hebben we een deel van de afbeelding uitvergroot (rechts). Kan jij ze verbinden?



Verbinden

Verbind de eekhoorns met hun juiste schaduw.



De handschoenen zijn verkleurd en vervormd.

Verbind de zwart-witte handschoenen met de juiste handschoenen in kleur.





Activiteiten

Terugkerende activiteiten en diensten



Cafetaria 't Zonnehof

Alle dagen open

Van 14u tot 17u



Eucharistieviering

Woensdag 3 december en 17 december

Om 10u30

In de Zilverlinde

(op 17 december uitzonderlijk in de kapel)



Kapster

Aanwezig op dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag

Op afspraak



Avondcafé

Uitzonderlijk geen avondcafé deze maand!



Bibmobiel

Dinsdag 2 december

In onze cafetaria 't Zonnehof

Tussen 14u en 14u30

Iedereen welkom!

Activiteiten december

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.

Maandag 1 december

14u: Bingo in de Zilverlinde, voor de bewoners van Gladiool, Hyacint en Iris, de gebruikers van ons CDV en onze flatbewoners



Dinsdag 2 december

14u: Bibmobiel in de cafetaria

Woensdag 3 december

10u30: Eucharistieviering in de Zilverlinde

14u: Sinterklaasfeest in de cafetaria



Vrijdag 5 december

14u: Gespreksnamiddag rond Wereldoorlog II, in de Zilverlinde

Woensdag 10 december

Van 14u tot 16u30: Kerstcafetaria in 't Zonnehof



Donderdag 11 december

Van 14u tot 16u30: Kerstcafetaria in 't Zonnehof

Vrijdag 12 december

10u30: Mannenuurtje

Van 14u tot 16u30: Kerstcafetaria in 't Zonnehof



Zaterdag 13 december

Van 14u tot 16u30: Kerstcafetaria in 't Zonnehof

Maandag 15 december

Kerstfeest

11u30: Voor de bewoners van Edelweiss-Fresia in de cafetaria

11u45: Voor de bewoners van Hyacint in de Zilverlinde



Dinsdag 16 december

Kerstfeest

11u30: Voor de bewoners van Azalea-Begonia in de cafetaria

11u45: Voor de bewoners van Gladiool in de Zilverlinde

Woensdag 17 december

10u30: Eucharistieviering in de kapel

Kerstfeest

11u30: Voor de bewoners van Campanula-Dahlia in de cafetaria

11u45: Voor de bewoners van Iris in de Zilverlinde

Donderdag 18 december

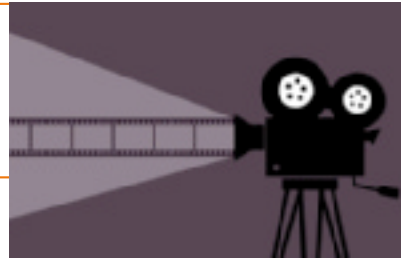
Kerstfeest

11u30: Voor de gebruikers van ons CDV in de cafetaria

11u45: Voor de bewoners van onze flatjes in de Zilverlinde

Maandag 22 december

14u30: Kerstfilm in de Zilverlinde



Woensdag 24 december

14u: Kerstviering, met woord-en communieviering én live muziek
"van het huis", in de Zilverlinde

Maandag 29 december

14u30: Aperitiefconcert in de Zilverlinde, om 2025
goed af te sluiten!



Woensdag 31 december

10u30: Eucharistieviering in de Zilverlinde

Oud

Dag, bewogen jaar

Het is over

Klaar

Voorbij

Verleden tijd

365 unieke dagen

Herinneringen voor altijd

De een blijft

Beklijft

De ander slijt

Vervaaagt langzaam

Helend door de tijd

Hanneke Post



Voorbije weken

Van 17 tot 23 november was het seniorenweek. En ook in Zonnewende vonden die week allerlei leuke activiteiten plaats. Zo kwamen er alpaca's op bezoek, hielden we een volksspelletjesnamiddag en deelden we pateekes uit.







Feitencheck van de maand

Skiën in de Alpen zal steeds moeilijker worden



De wereldwijde klimaatverandering heeft als gevolg dat de globale temperatuur ongezien snel stijgt. In berggebieden zoals de Europese Alpen wordt de opwarming nog versterkt omdat ijs en sneeuw het zonlicht weerkaatsen. De warmere temperaturen doen het ijs en de sneeuw smelten. Hierdoor komen er donkere rotsen en vegetatie tevoorschijn, die dan weer warmte absorberen. Dit wordt vooral op de lagere hoogtes een probleem. Skiën zal in de toekomst vooral mogelijk blijven in hooggelegen skigebieden, boven 2000 meter. Lagere gebieden worden steeds meer afhankelijk van kunstsneeuw. Maar als de temperatuur blijft stijgen, zal ook kunstsneeuw niet meer kunnen gebruikt worden.

Voorspellingen tonen een verdere opwarming van de aarde in de komende tientallen jaren. Wat de exacte langetermijneffecten zullen zijn voor de skigebieden is moeilijk te voorzien. Op dit moment hebben skigebieden al te kampen met veranderende regen- en sneeuwpatronen, met alle gevolgen van dien.

Wintersportbestemmingen moeten zich heruitvinden en inzetten op andere activiteiten zoals kuuroorden, wandelen en mountainbiken.

Geschiedenis van de maand

Kerststal



Een kerststal of kerstkribbe is een voorstelling van een stalletje met daarin de belangrijkste figuren die een rol speelden in het kerstverhaal rond de geboorte van Jezus. Het gaat dan om Jezus zelf, Maria en Jozef. Vaak aangevuld met de drie Koningen, enkele herders en enkele dieren zoals een os en een ezel.

Het geheel wordt rond Kerstmis uitgesteld, meestal onder de kerstboom. De invoering hiervan wordt toegeschreven aan Franciscus van Assisi, die leefde in Italië van 1172 tot 1226. Hij speelde een grote rol in de verspreiding van de kerststallencultuur. Met toestemming van de toenmalige paus plaatste hij in 1223 levende mensen en dieren in een lokale grot. Hij wilde het kerstverhaal duidelijk maken aan ongeletterde mensen. Later trokken de Franciscanen door gans Europa om hun leer verder te verspreiden. Zo raakte ook de kerststal breed verspreid. Ze werden in die tijd vooral in de kerken geplaatst. Toen Napoleon de kerken sloot en eucharistievieringen verbood moesten de mensen zoeken naar alternatieven. Ze begonnen de kerststallen buiten de kerken te zetten en de mensen plaatsten ook binnen in huis een kleiner exemplaar.

Een bekende kerststal is die op het Sint-Pietersplein in Rome. Die staat er jaarlijks sinds 1982. In veel steden, maar ook in de kleinere dorpen zie je in december een levensgrote kerststal opduiken. Vaak ook met enkele, goedverzorgde, levende dieren. Ook niet-religieuzen zetten vaak nog een kerststal.

Tv-serie van de maand

Columbo

Columbo is een Amerikaanse detectiveserie die liep van 1971 tot 2003. De serie werd in 44 landen uitgezonden. Er zijn in totaal 69 afleveringen gemaakt. De meeste afleveringen werden gemaakt tussen 1971 en 1978. Daarna werden er 11 jaar geen nieuwe afleveringen gemaakt. Tussen 1989 en 2003 werden er nog 24 gemaakt.

In elke aflevering wordt een moord gepleegd. Columbo, de schijnbaar verstrooide luitenant van het “Los Angeles Police Department”, tracht deze op te helderen door zich op tegenstrijdige details te concentreren. De reeks is een “howcatchem” (“hoe vang je hem”). De misdaad en de dader worden elke aflevering in beeld gebracht. De focus ligt op hoe de dader gepakt wordt.

Columbo is een sluwe, slonzige rechercheur op de afdeling moordzaken. Hij draagt steeds een gekreukte beige regenjas, rookt sigaren en rijdt in een oude Peugeot 403. Hij heeft een vrouw waar hij vaak over praat, maar die nooit in beeld komt. Hij staat ook gekend voor de uitspraak “Just one more thing” (nog één dingetje). Columbo hanteert een meedogenloze aanpak. Hij slaagt er in om schijnbaar onsamenhangende feiten met elkaar in verband te brengen. Vervolgens drijft hij zijn verdachte(n) in een hoek, wat uiteindelijk tot een bekentenis leidt.

Pret & verzet

Onze lieve kleinen

Mijn kleindochter Lientje (2 jaar) kan al goed praten, maar het woord hesp blijft moeilijk. Ze maakt er regelmatig “hepsjsp” van. Onlangs vroeg ik Lientje of ze nog eens hesp kon zeggen. Waarop ze na lang aarzelen zei : “ik kan alleen maar “kaas” zeggen.”

Ik was samen met m'n zoon Lucas (7 jaar) en mijn dochter Laurentien (5 jaar) kastanjes aan het rapen. Laurentien wilde er eentje opeten, waarop haar broer riep : “Nee zus, je mag alleen de rustige kastanjes opeten!”

Mijn zoontje Gerben (5) vroeg : “Waarom zijn grote mensen volwassen? Kinderen wassen zich toch ook!”

Tijdens onze vakantie had mijn zoon Thibaut (2,5 jaar) gezien dat de windmolens op de dijk niet meer draaiden. “Mama”, vroeg hij, “Wil jij er batterijen indoen?”

Ik doe “start to run”. Toen ik op een heel warme dag thuiskwam van het lopen, zweette ik zo hard dat de druppels van langs mijn hals liepen. Waarop Marit, mijn dochter van vier, zei : “Mama, je regent.”

Toen mijn zoon in het eerste leerjaar zat , vroeg de juf: “Wat is het beroep van mama en papa?” (De papa was montagearbeider en ik deed vooral typwerk op Philips) Het antwoord van mijn zoon: “Mijn papa werkt heel hoog en mijn mama tippelt op de Philips.”

Mijn petekindje Ruud (3) gaat met oma en opa naar een weekend naar de Ardennen en schrijft zich in voor een lampionnentocht 's avonds. Net voor ze vertrekken loopt hij heel de bungalow af en roept naar oma: "Oma, waar is mijn blauwe champignon gebleven?"

Renée (7) kreeg aardappels in de schil voorgeschoteld op restaurant. Hierop vroeg ze verbouwereerd of ze geen tijd hadden gehad om haar aardappelen te schillen omdat er zoveel volk was.

Farah (6) is bij oma en ik kom laat thuis van mijn werk. Ik vraag aan mijn dochter : "Je hebt je huiswerk toch al gemaakt ?" Farah antwoordt : "Nee mama, want bij oma kom ik voor de gezelligheid, en bij jou is het huiswerkheid !"

Hanne: Kleine baby's komen uit de hemel. Ze worden naar het ziekenhuis gebracht. Als mama graag een baby heeft, gaat ze hem daar halen. Thuis gaan we er ook weer een kopen. Mama is er al een paar dagen ziek van.

Ferre (5) stootte zijn teen tegen de tafel, met een huilconcert tot gevolg. Nichtje Fleur (2) imiteerde het gehuil waarop Ferre boos uitriep: “Fleur, je mag niet nahonden!” Hij bedoelde natuurlijk na-apen.

Mopjes

Het schip van Sinterklaas is tegen een rots gevaren. Er is een gat in de romp geslagen, waardoor het water naar binnen gutst. Een van de pieten komt haastig aangelopen en begint naast dat gat nog een gat te boren.

“Piet, wat doe je nu?” vraagt de Sint verschrikt.

“Wel, langs dit gat kan het water weer naar buiten stromen.”

“Wat scheelt er? Kun je je arm niet meer bewegen?”

“Nee, hij doet ontzettend veel pijn en is helemaal stijf.”

“Hoe komt dat?”

“Ik was op een feestje. Op de terugweg naar huis heb ik nog drie uur lang met een vriend staan praten, terwijl ik op zijn schouder leunde. Pas toen het licht werd, merkte ik dat ik al de hele tijd tegen een sneeuwman had staan praten.”

Twee sneeuwvlokken die naar beneden aan het dwarrelen zijn, beginnen met elkaar te praten.

“En waar ga jij naartoe?” vraagt de eerste.

“Naar de Alpen”, zegt de tweede. “Ik ga daar helpen om een heel dik sneeuwtapijt aan te leggen, zodat de mensen die straks op skivakantie komen, volop kunnen genieten van de sneeuw. En jij?”

“Ik ga naar België...om paniek te zaaien.”

Simon kijkt naar zijn moeder, die de kerstboom aan het versieren is.

“Mama, is het waar dat de Kerstman speelgoed brengt?”

“Dat klopt, mijn jongen”

“En Onze-Lieve-Heer geeft ons dagelijks brood?”

“Ja, maar dat weet je toch!”

“En de ooievaar brengt kindjes?”

“Natuurlijk.”

“En jij moet de kerstboom versieren?”

“Ja, Simon. Waarom vraag je dat allemaal?”

“Wel, ik vraag me alleen af wat papa hier dan eigenlijk doet.”

“Hoeveel kosten de kerstbomen mijnheer?”

“Dat hangt er van af wat u precies zoekt, mevrouw.”

“Wat is het verschil?”

“De duurdere verliezen hun naalden minder snel dan de goedkopere. U kunt ze dus merkkelijk langer houden.”

“Dan neem ik wel zo’n goedkoop exemplaar. Ik zou niet weten wat ik in de lente met een kerstboom zou moeten aanvangen.”

“Mama, krijg ik een hond voor kerst?”

“Nee jonge, je krijgt kalkoen. Zoals iedereen.”

Een paar dagen voor Kerstmis belt een man uit Eindhoven zijn zoon in Parijs op en zegt: "Je moeder en ik gaan scheiden."

"Waar heb je het over?" schreeuwt de zoon.

"We kunnen elkaar niet meer luchten of zien", zegt de vader. "Wij worden ziek van elkaar. Erover praten alleen al maakt me beroerd. Vertel jij het dus maar aan je zus in Londen."

De zoon belt als de bliksem zijn zus, die zowat explodeert aan de telefoon.

"Er wordt niet gescheiden!" roept ze. "Ik regel dat wel."

Ze belt Eindhoven en zegt tegen haar vader: "Je doet helemaal niets voordat ik er ben. Ik bel mijn broer terug. Morgen zijn we er en daarvoor doe je helemaal niets, begrepen?"

De vader hangt de telefoon op, grijnst tegen zijn vrouw en zegt: "Zo, da's geregeld. Ze zijn met kerst hier en betalen hun reis zelf!"

Marc en Dirk zitten een pintje te drinken.

"Mijn vrouw kan verschrikkelijk zagen," zucht Marc. "Ze heeft het nu al drie maanden over hetzelfde."

"En dat is?" vraagt Dirk.

"Of ik de kerstboom nu eens wil weghalen."

Een zwarte piet komt bij de bakker en vraagt: "Heeft u ook pepernotentaart?" De bakker zegt: "Nee, die heb ik niet." De zwarte piet kijkt nog even rond en loopt dan weer de bakkerij uit.

De volgende dag komt de zwarte piet weer de bakkerij binnen en vraagt weer: "Heeft u ook pepernotentaart?" Weer zegt de bakker: "Nee." En weer gaat de zwarte piet zonder iets te kopen de winkel uit. Dit herhaalt zich een aantal dagen en de bakker begint te twifelen: Zal ik dan toch maar een pepernotentaart maken?

Als de zwarte piet de bakkerij weer binnen komt en weer vraagt: "Heeft u ook pepernotentaart?" zegt de bakker trots: "Ja, die hebben we."

Zegt de zwarte piet: "Vies he!"

Man tot echtgenote: "Wat wil je voor Kerstmis?"

Zij: "Een echtscheiding!!"

Hij: "Heb je niet iets goedkoper?"

Twee zwarte pieten lopen over het dak, waarbij een van hen over een dakpan uitglijdt. 'Wie is daar?' roept een kindje. De eerste zwarte piet reageerde met een natuurgetrouw 'Miauw'. Het kindje gaat weer lekker slapen. Maar als de andere zwarte piet ook uitglijdt wordt het kind weer wakker en roept opnieuw 'Wie is daar?' 'Nog een kat,' roept de andere zwarte piet.

Het heeft de hele nacht gesneeuwd en de kinderen uit de buurt gaan allemaal sleeën.

"Mag ik met jou meedoen?" vraagt Daantje aan Jantje.

"Goed, dan doen we om de beurt."

"Hoe bedoel je om de beurt?"

"Nou, jij draagt de sleen naar boven en ik ga er mee naar beneden."

Doordenker

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

Welk woord staat niet in het rooster ?

ADVOCAAT-APPELSAP-BESSENSAP-BIER-CHOCOLADEMELK-CIDER-
COGNAC-GLUHWEIF-JENEVER-KOFFIE-KRUIDENTHEE-LIKEUR-
LIMONADE-MELK-MOKKA-PORT-THEE-VRUCHTENDRANK-WATER-
WODKA



Oplossing

Oplossing van de maand NOVEMBER : TEDDY stond niet in het rooster.

Schiftingsvraag : er zijn 10 mannelijke vrijwilligers die in Zonnewende komen helpen.

Winnaar : sorry, geen.

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

Naam:

Kamer of flatje:

Schiftingsvraag : hoe noemden de 2 alpaca's die op bezoek kwamen op maandag 17 november?

Tot slot

Bronnen

<https://www.aidsfonds.nl>
<https://www.museabrugge.be>
<https://www.immaterieelerfgoed.be>

<https://www.historiek.net>
<https://www.isgeschiedenis.nl>
<https://www.factcheck.vlaanderen.be>
<https://www.quest.be>
<https://www.wikipedia.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.