

Woon- en Zorgcentrum Maria Boodschap



De Klinkaart

In dit nummer

- Pag. 3 voorwoord*
- Pag. 5 bewonersnieuws WZC*
- Pag. 7 bezoekersnieuws De Dagvlinder*
- Pag. 9 voorbije activiteiten De Dagvlinder*
- Pag. 11 pensioen Chantal*
- Pag. 13 fietsnieuws*
- Pag. 14 geschiedenis Maria Boodschap (deel 3)*
- Pag. 17 voorstelling nieuwe collega in het WoonLeefteam*
- Pag. 18 voorbije activiteiten WZC*
- Pag. 32 voorstelling nieuwe collega in het kiné team*
- Pag. 33 voorstelling kiné team*
- Pag. 34 oefeningengids kiné*
- Pag. 37 dementiewerking*
- Pag. 38 medewerkersnieuws*
- Pag. 40 privacy*



VOORWOORD

*Beste bewoners,
Lieve sympathisanten,*

We beginnen het nieuwe jaar 2025 met veel optimisme en enthousiasme, en ik ben verheugd om enkele mijlpalen samen met jullie te kunnen delen.

Allereerst wil ik het nieuwe jaar verwelkomen, waarin we opnieuw samen zullen groeien, nieuwe kansen kunnen benutten en sowieso nieuwe persoonlijke succesjes te boeken. Ik ben er op uit om samen met jullie een geweldig jaar tegemoet te gaan!

Daarnaast mogen we met trots aankondigen dat we vanaf 1 januari officieel toegetreden zijn tot een nieuwe overkoepelende vzw “De medemens”.

Dit is een belangrijk moment voor ons allemaal, een stap die onze organisatie in staat stelt om nog meer impact te maken en onze gezamenlijke doelen te realiseren. Ik ben nieuwsgierig naar de mooie samenwerkingen die er voor ons liggen.

Tot slot mag ik melden dat de bouwvergunning voor ons nieuwbouwproject is goedgekeurd door het lokaal bestuur. Dit is een eerste belangrijke stap vooruit, en we zijn enthousiast over de verdere ontwikkeling van ons huis en onze plannen.

Het is het bewijs dat het harde werk dat al verricht is, uiteindelijk loont.

Laten we dit nieuwe jaar beginnen met energie, vertrouwen en de vastberadenheid om samen letterlijk en figuurlijk te bouwen aan een mooie toekomst.

Ik kijk ernaar uit om deze spannende reis met jullie allemaal te maken!

Ik wens jullie dan ook een voorspoedig 2025!

Nele Van Broekhoven



Bewonersnieuws WZC Maria Boodschap

We verwelkomen onze nieuwe bewoners.

Op Het Sandt kwamen wonen

Op 3 oktober Robert Van den Eynde

Op 16 oktober Edith Van Immerseel

Op 21 oktober Robert Van der Velde

Op 3 december Lydia Brits

Op 10 december Liliane De Keyser

Op Het Veer kwamen wonen

Op 11 oktober Sonja De Grave

Op 25 november Jan Paessens

Op De Kleiput kwam wonen

Op 16 december François Decremer

Hortelijk
Welkom!

Zijn verhuisd

Greta De Borger verhuisde van kamer maar bleef op Het Veer wonen

Edith Van Immerseel verhuisde naar Het Broeck.



We vieren onze jarigen

De jarige van De Dreef

<i>Denise Thijs</i>	<i>03.02.1938</i>	<i>87 j.</i>
<i>Pieter Convents</i>	<i>23.02.1932</i>	<i>93 j.</i>
<i>Margaretha De Pauw</i>	<i>23.03.1939</i>	<i>86 j.</i>

De jarigen van Het Sandt

<i>Jozefina Vereycken</i>	<i>20.01.1937</i>	<i>88 j.</i>
<i>Liliane De Keyser</i>	<i>11.02.1937</i>	<i>88 j.</i>
<i>Jean Van Breedam</i>	<i>24.03.1935</i>	<i>90 j.</i>

De jarigen van De Klinker

<i>Annie Deckers</i>	<i>11.01.1934</i>	<i>91 j.</i>
<i>Guido De Jonghe</i>	<i>20.01.1931</i>	<i>94 j.</i>
<i>Rosalia De Grande</i>	<i>07.03.1933</i>	<i>92 j.</i>
<i>Hortensia Steenackers</i>	<i>24.03.1927</i>	<i>98 j.</i>
<i>Marcelle Wauters</i>	<i>25.03.1937</i>	<i>88 j.</i>
<i>Jan Brockhoven</i>	<i>31.03.1957</i>	<i>68 j.</i>

De jarigen van Het Veer

<i>Kamiel Peersman</i>	<i>02.01.1938</i>	<i>87 j.</i>
<i>Myriam De Jaegher</i>	<i>22.03.1944</i>	<i>81 j.</i>

De jarigen van Het Broeck

<i>Mariette De Tender</i>	<i>03.02.1937</i>	<i>88 j.</i>
<i>Edith Van Immerseel</i>	<i>09.02.1943</i>	<i>82 j.</i>
<i>Johanna Moeskops</i>	<i>03.03.1942</i>	<i>83 j.</i>
<i>Frans De Vos</i>	<i>22.03.1933</i>	<i>92 j.</i>

De jarigen van De Klampoven

<i>Liliane Naegels</i>	<i>03.01.1946</i>	<i>79 j.</i>
<i>Christiana Coesemans</i>	<i>07.01.1932</i>	<i>93 j.</i>
<i>Marie-Louise Cannoot</i>	<i>08.01.1934</i>	<i>91 j.</i>
<i>Maria De Belder</i>	<i>16.01.1931</i>	<i>94 j.</i>
<i>Paula Claes</i>	<i>01.03.1946</i>	<i>79 j.</i>
<i>Maria Rens</i>	<i>11.03.1941</i>	<i>84 j.</i>
<i>Aline Stuyck</i>	<i>13.03.1936</i>	<i>89 j.</i>

De jarigen van De Kleiput

<i>Frieda De Bruyn</i>	<i>12.01.1940</i>	<i>85 j.</i>
<i>Ivonne Weyn</i>	<i>06.02.1935</i>	<i>90 j.</i>
<i>Lucienne Daems</i>	<i>23.02.1936</i>	<i>89 j.</i>
<i>Maria Van Damme</i>	<i>06.03.1928</i>	<i>97 j.</i>
<i>François Decremer</i>	<i>15.03.1939</i>	<i>86 j.</i>
<i>Magdalena Cappaert</i>	<i>30.03.1944</i>	<i>81 j;</i>

De jarigen van De Rupeldijk

<i>Alina Peersman</i>	<i>05.01.1929</i>	<i>96 j.</i>
<i>Johnny Veeckman</i>	<i>24.01.1956</i>	<i>69 j.</i>
<i>Marguerite De Ryck</i>	<i>28.02.1937</i>	<i>88 j;</i>

<i>Leonard Roelandts</i>	<i>02.03.1935</i>	<i>90 j.</i>
<i>Albert Van Linden</i>	<i>04.03.1931</i>	<i>94 j.</i>
<i>Paula Sas</i>	<i>26.03.1928</i>	<i>97 j.</i>
<i>Elisabeth De Bruyne</i>	<i>28.03.1957</i>	<i>68 j.</i>

We nemen afscheid

Gedurende de maanden oktober, november en december zijn onderstaande bewoners overleden

*Robert Van den Eynde
Julienne Van Deyck
Joanna Coeck
Julia Roofthoof*

*Ivonna Spagnaerts
Elisabeth Maes
Alice Sannen*

*Vermaeren Gustaaf
Mathilda De Wever
Joseph Van Bael*

We wensen de familie veel sterkte toe.

Bezoekersnieuws De Dagvlinder

We verwelkomen

Louis Calluy, D' Eer Anita en Persoone Etienne.



We wuiven uit

Leo Mampaey is opgenomen in Zonnewende.

Edith Van Immerseel, Bob Van der Velde en Sonja De Grave zijn opgenomen in het WZC Maria Boodschap.

Leo, Edith, Bob en Sonja, we gaan jullie missen in het dagcentrum. We wensen jullie een warme thuis toe en spring gerust nog eens binnen voor een tasje koffie.

Jarige bezoekers

<i>Karel Cop</i>	<i>09.01.1939</i>	<i>86 j.</i>
<i>Anita D'Eer</i>	<i>06.01.1950</i>	<i>75 j.</i>
<i>Anette Gustin</i>	<i>13.03.1944</i>	<i>81 j.</i>
<i>Marie-Josée Brits</i>	<i>20.03.1931</i>	<i>94 j.</i>

Jarig personeel

<i>Tinneke Annemans</i>	<i>19.01.1973</i>	<i>52 j.</i>
<i>Patrick (Taxi Hendriks)</i>	<i>19.01.1963</i>	<i>62 j;</i>
<i>Anja Pauwels</i>	<i>09.02.1974</i>	<i>51 j.</i>
<i>Katty Remery</i>	<i>11.03.1986</i>	<i>39 j.</i>

Nieuwtjes

*Op 10 december 2024 werd Loes geboren, het 3^{de} kleinkind van Chantal.
Een flink meisje van bijna 4kg en ze meet 51cm.
Het eerste kindje van zoon Ken en Anouska, de superfiere mama en papa.*

Ik neem jouw handje

in de mijne

zal je beschermen

heb je lief

zonder grenzen.

Jouw leven

heeft mijn hart geraakt.

Oma en opa, liefdevol

dat heb jij

van mij gemaakt.



Vorbije activiteiten in De Dagvlinder

Een gezonde wandeling in de buitenlucht. Vitaminen D opdoen vooraleer de lange winter begint.



Altijd leuk wanneer de Sint op bezoek komt. Hij had gelukkig voor iedereen wat lekkers bij.





Een uitstapje naar Van Uytsel, de mooie kerstdecoratie bekijken en daarna tasje thee met een stukje taart. Een leuke uitstap.



Pensioen Chantal

In 1993 verwelkomde Mr. Goossens Chantal in Maria Boodschap.

Ze werkte vele jaren als zorgkundige op het gelijkvloers.

ROOD was de lievelingskleur van Chantal. Daarom koos ze om bij de RODE vakbond te gaan (ABVV). Ze ging ten 'strijde' en kwam op voor de belangen van de werknemers.

In 2004 kregen Nicole, Chantal en ik (Tinneke) de mogelijkheid en het vertrouwen om het dagcentrum op te starten . Een uitdaging! We vormden een 'vast' team van 3 en kregen de hulp van enkele 'inspringers' (collega's uit het WZC).



We zorgden, via een wedstrijd, dat het dagcentrum een mooie naam kreeg: Het werd De Dagvlinder. Daar zijn we nog steeds superfier op. Zoals vlinders fladderen onze bezoekers binnen en buiten wat ons inspiratie gaf voor deze unieke naam.

Chantal was een 'manusje van alles'. Nieuwe dingen werden aangeboden: koken, knutselen en allerlei activiteiten binnen en buiten.

We waren een geolied team en vulden elkaar aan. Ieder had zijn eigen kwaliteiten. Een schouderklopje, een knuffel, een luisterend oor...was ook heel belangrijk.

Er werd hard gewerkt maar er was ok tijd voor 'teambuilding'. (ontspanning)

Pizza gaan eten, uitstapjes naar de Zoo en Planckendael,, playbacken, een feestje hier en daar, een dagje met de paardenkoets, shoppen in Mechelen....

Chantal zorgde ervoor dat de bezoekers een fijne dag beleefden, had oog voor details en benaderde de bezoekers persoonlijk. Ze was een zorgkundige die veel betekende voor haar bezoekers en collega's.

We zullen haar missen maar wensen haar een superfijne en welverdiende toekomst. Geniet op alles wat op je pad komt, samen met je familie en vrienden.

Bedankt voor alles en de fijne herinneringen.

Je collega's Nicole, Kelly, Tina, Ellen, Anja, Hakima en Tinneke xxx



Fietsnieuws

Hij komt eraan!

In het voorjaar van 2025 kunnen we volop beginnen te genieten van onze eigen Duo-Fiets. Tijdens de testdagen hebben 28 bewoners al eens kunnen proeven hoe het voelt om zelf mee aan het stuur te zitten van die fiets. Het overgrote deel wou dit zeker opnieuw doen, zo snel mogelijk.



We hebben er zeer lang op moeten wachten ...

Dankzij de inbreng van CERA en mooi centjes sparen komt de fiets eraan.

Samen op de fiets, met draaibare stoelen en armleuningen om makkelijk in te stappen, een goede veiligheidsgordel, elektrische ondersteuning,... het wordt een mooie en actieve beleving.

Op die fiets zit je zelf aan het stuur en naast de begeleider waardoor je ook een babbeltje kan maken tijdens het fietsen!

De zeer veilige en wendbare fiets zorgt voor een unieke beleving en een positieve afleiding.

Er kan zelfs bekeken worden of je met je eigen familie, samen op pad kan.

133 bewoners in ons Woon Zorg Centrum Maria Boodschap, 25 bezoekers van ons dagcentrum De Dagvlinder en al de familieleden en vrienden van deze mensen zeggen dank aan alle coöperanten van CERA.

We kunnen opnieuw wat meer actief deelnemen aan het leven. In de dorpskernen van Niel en Schelle ga je stralende bewoners en bezoekers en trotse begeleiders hopelijk heel veel en heel lang tegen komen.



**samen investeren
in welvaart
en welzijn**

Een woordje geschiedenis over Maria Boodschap deel 3

Een woordje geschiedenis over Maria Boodschap: Deel 3

De sluiting van de materniteit was voorzien tegen 31.03.1966, het werd 30.06.1966.

Om de diensten van heelkunde en van diagnose over te brengen, hadden de gebouwen te Reet toen nog onvoldoende capaciteit. Dit was voorzien voor rond Pasen 1967, het werd uiteindelijk 31.08.1968.

Na de sluiting van de kliniek werden de gebouwen gebruikt als rusthuis voor bejaarden, leken en religieuzen.

In 1970 richtten de zusters in het rusthuis Maria Boodschap een lokaal in als telefooncentrale. Er werd een zuster aangesteld voor het opnemen van de telefonische aanvragen gedurende de dag. Zij stond ter beschikking van het Wit-Gele kruis. Op die wijze werkten ze mee aan de uitbouw van die dienst in de Rupelstreek.

In 1974 werd aan het rusthuis nog een vleugel aangebouwd. Op 28.11.1975 had de stichtingsvergadering plaats van de vzw Rusthuis Maria Boodschap. De eerste leden waren afgevaardigden van de Congregatie der Annociaden van Huldenberg en afgevaardigden van Caritas- Antwerpen. Zij werden later aangevuld en/ of vervangen door leken.



De vzw had als doel “het oprichten en beheren van instellingen en diensten voor bejaarden.” De vzw kreeg meteen als erfenis, van de vzw Annociaden van Huldenberg, het vroeger ziekenhuis dat ondertussen getransformeerd was tot rusthuis als erfpacht.

De vzw stond voor een grote uitdaging: hetzij het gebouw grondig te herconditioneren, of het oprichten van een nieuw rusthuis.

Om redenen van kostprijs en efficiëntie werd gekozen voor nieuwbouw, te

realiseren in drie fasen.

Op 01.05.1983 werd gestart met bouwwerken van de eerste fase: Woongelegenheden voor 97 bewoners. Op 22.12.1986 werd dit gedeelte in gebruik genomen, er werd op één dag verhuisd van het oude naar het nieuwe gebouw. Daarna volgde nog twee fasen zodat het hele rust- en verzorgingshuis klaar was in 1993.

Gezien de evoluties in de maatschappij en bijzonder in de bejaardenzorg bestonden er sinds 1989 plannen om een serviceflatgebouw op te richten. De uitvoering liep jaren vertraging op omdat ze het oude kasteel als monument wilden klasseren. Uiteindelijk is de klassering beperkt gebleven tot het behoud van de voorgevel als dorpszicht.



Met de afbraak van de laatste oude gebouwen werd begonnen op 05.02.1996. Alles werd gesloopt, uitgezonderd de voorgevel en de bouw van 1974. Achter de voorgevel werden zeventien flats opgericht die in 1997 bewoond werden.

Ondertussen had de vzw ook een aanvraag ingediend bij het ministerie om de functie van dagverzorging uit te voeren, daarmee werd in 1996 gestart.

Wat intussen gebeurde met de scholen en met de communiteit van de Dorpstraat:

De Vrije basisschool (lagere – en kleuterschool) fuseerde op 01.09.1977 met de vrije basisschool van de broeders van Scheppers te Niel. De huishoud- en beroepsschool, die beheerd werd door de vzw Maria Middelaars – instituut (als leden enkel Annociaden van Huldenberg), werd samen met nog andere scholen sinds 01.01.1981 beheerd door de vzw instituut Onze Lieve Vrouw Presentatie, Heldenplaats 1 te Boom.

De communiteit werd op 22.12.1986, toen de zusters ook hun intrek namen in het rust- en verzorgingstehuis Maria Boodschap, opgeheven.

Er is een goede samenwerking tussen het rust- en verzorgingstehuis Maria Boodschap en de Sint- Hubertusschool. Om deze contacten te structureren werd in 1995 een concreet jaarschema uitgewerkt.

Kleuters komen naar de instelling, doen dansjes, zingen liedjes en worden getraakteerd op een pannenkoek of een ijsje. Soms brengen ze een knutselwerk mee die ze kunnen afgeven aan de bewoners van Maria Boodschap.

De Lagere School leerlingen komen ook samen met de bewoners van de instelling om diverse activiteiten samen te doen. Door deze samenwerking worden de bewoners van Maria Boodschap herinnerd aan hun eigen jeugd en aan de opvoeding van hun eigen kinderen. Ze worden door de kinderen extra gestimuleerd.



Een nieuwe collega bij het WoonLeefteam

Dag lieve bewoners en familieleden,

Ik stel me graag even voor. Ik ben Marilyn, 29 jaar en woon in Boom samen met mijn vriend Jaro en mijn kat Nox. Ik ben Orthopedagoog van opleiding. Op 2BC ben ik woonleefbegeleider. Mijn interesses liggen vooral bij muziek: piano en zang. Ook geniet ik van een wandeling in de natuur. Graag deel ik mijn interesses met de bewoners. Muziek kan steeds veel te weeg brengen bij mensen, positief en negatief. Het maakt mensen gelukkig, maar het kan ook helpen bij moeilijkere dagen. Ook kan het helpen bij het verwerken van bepaalde moeilijkheden in het leven. De afgelopen dagen en weken heb ik reeds heel wat bewoners, familieleden en personeel mogen leren kennen. Ik kijk er enorm naar uit om nog meer leuke activiteiten in te plannen en te werken aan een zo goed mogelijk kwaliteit van leven voor bewoners. Ik droom nog van een muziekkoor: samen met bewoners zingen en vooral genieten van muziek. Mochten er mensen geïnteresseerd zijn, spreek me gerust hierover aan. Het is de bedoeling om bewoners over alle verdiepen heen bij elkaar te brengen om zo te kunnen genieten van het samen zingen.



Vorbije activiteiten

Sport en spel, dat houdt ons jong van hart en geest.



Genieten van de buitenlucht. Een wandelingetje in het bos. Een uitstapje naar de markt en natuurlijk achteraf iets gaan drinken.



Het ontbijtbuffet is steeds om duimen en vingers van af te likken. Steeds mooi en verzorgd en vooral lekker.



We zijn ook creatief bezig.





Bartje de accordeonist trakteert ons regelmatig op een optreden. We komen graag luisteren.



Naar het optreden van de line dance groep kwamen we graag kijken.



Er werden ook smoutebollen gebakken waar heerlijk van werd gesmuld.





Op 20 november was het mosselsouper. Super lekkere mosselen. Dank aan het keukenteam.



Op De Rupeldijk werd een lekkere koekjestaart gemaakt onder toezicht ook van Florreke.



Natuurlijk kwam ook de Sint bij ons op bezoek.





Er werden kerstfeestjes georganiseerd voor de bewoners en hun familie. De keuken zorgde voor een stukje taart met een tasje koffie. En er werden kerstliedjes gezongen onder begeleiding van Marilyn. Bewoners en familie waren heel tevreden over de organisatie. Dank aan heel het team.









Natuurlijk zetten we het jaar al dansend in.







De leerlingen van de school kwamen op 6 januari driekoningen zingen. Ze waren mooi verkleed en deden hun best om mooi te zingen.



Kiné-team:

Voorstelling nieuwe kiné-collega



Hallo iedereen,

Mijn naam is Tinne Vissers en ik ben ontzettend blij om me aan jullie voor te stellen als de nieuwe kinesiste hier in het woonzorgcentrum. Na 24 jaar met veel plezier te hebben gewerkt bij Zorgbedrijf Antwerpen start ik op 30 december 2024 hier bij jullie in Niel. Ik kijk ernaar uit om mijn kennis en ervaring hier te delen en bij te dragen aan het welzijn van onze bewoners. De afdelingen die ik onder mijn vleugels neem zijn OB en 2A maar dit wil niet zeggen dat je me nergens anders kan tegenkomen.

Ik ben 48 jaar en moeder van drie kinderen, wat me heeft geleerd om multitasking tot een kunst te verheffen! In mijn vrije tijd geniet ik van reizen en tennis. Beide activiteiten brengen me veel plezier en helpen me om een goede balans te vinden in mijn leven.

Ik geloof sterk in een persoonlijke benadering van kinesitherapie, waarbij het welzijn van de bewoners altijd voorop staat. Samen met het team hoop ik een warme en ondersteunende omgeving te creëren.

Ik kijk ernaar uit om jullie allemaal beter te leren kennen en samen te werken aan de gezondheid en het welzijn van onze bewoners.

Tot snel!

Tinne Vissers

Kiné-team



Anja Pauwels

Afdelingen: 1B, 1C, Dagcentrum
Referentiepersoon dementie



Karolien Serien

Afdelingen: OA, 1A
Verantwoordelijke revalidatie- en
compressiemateriaal



Tinne Vissers

Afdelingen: OB, 2A
Referentiepersoon ergonomie



Loran Leysen

Afdelingen: 2B, 2C
Verantwoordelijke "valpreventie"

Om het nieuwe jaar 2025 sportief te starten, zal het kiné-team vanaf nu een sportieve toets geven aan "De klinkaert". In elke uitgave zullen er handige tips en eenvoudige oefeningen gegeven worden die bijdrage tot een goede mobiliteit, flexibiliteit en algemene fitheid. Onze missie is om jullie te helpen je zo goed mogelijk te doen voelen, zowel fysiek als mentaal!

Of je nu net begint met oefeningen of al een tijdje bezig bent, we bieden voor ieder wat wils. De oefeningen zijn eenvoudig en kunnen gemakkelijk op de kamer uitgevoerd worden. We moedigen iedereen aan om, in overleg met ons, regelmatig actief te blijven, want een beetje beweging kan wonderen doen!

Heb je vragen? Wij luisteren & helpen graag!

Oefeningengids:

Rug en buik oefeningen

Deze editie starten we met het aanpakken van onze rug- en buikspieren. Vele van jullie hebben last van een pijnlijke rug. Het is echter belangrijk om te begrijpen dat beweging en oefeningen juist kunnen helpen om deze pijn te verminderen of zelfs te voorkomen. Dit komt omdat onze spieren, en vooral die in de buik en rug, een belangrijke rol spelen in het ondersteunen van onze wervelkolom en het behouden van een goede houding.

Veel mensen denken dat het rusten of niet bewegen de oplossing is wanneer ze pijn hebben, maar dat is vaak niet het geval. Wanneer we niet bewegen, kunnen onze spieren verzwakken, wat de pijn juist kan verergeren. Door regelmatig oefeningen te doen, versterken we de spieren rondom de wervelkolom, waardoor de druk op de rug vermindert en de kans op verdere pijn afneemt.

Oefeningen voor de rug en buik helpen ook om de flexibiliteit en mobiliteit te verbeteren, waardoor het makkelijker wordt om dagelijkse activiteiten uit te voeren, zoals opstaan, zitten en lopen. Bovendien zorgt een sterker buikgebied ervoor dat de druk op de rug afneemt, wat vooral belangrijk is bij het dragen van gewichten of het maken van bepaalde bewegingen.

Het doel van deze oefeningen is niet om intensief te trainen, maar om op een rustige en gecontroleerde manier de spieren te versterken en te behouden.

Zelfs kleine bewegingen kunnen een groot verschil maken in hoe we ons voelen en hoe goed we ons lichaam kunnen ondersteunen.

Blijf dus actief en geef je lichaam de kans om sterker te worden. Het zal je helpen om pijn te verminderen, je mobiliteit te verbeteren en je algehele welzijn te vergroten.



Succes met de oefeningen!

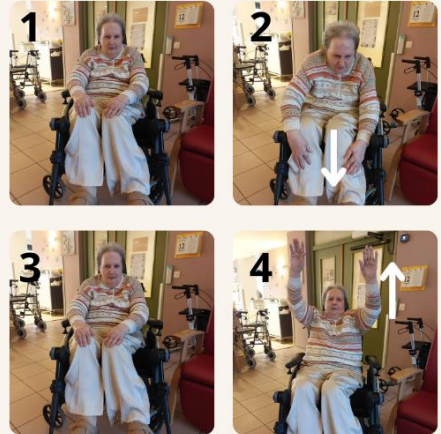
Team kiné



Oefening 1:

1. Leg je handen op je knieën.
2. Beweeg je handen langzaam via je benen naar beneden. Ga zo ver je kan. (= buigen van de rug)
3. Beweeg daarna terug je handen tot aan de knieën.
4. Beweeg nu je handen recht omhoog, en maak je zo groot mogelijk. Ga weer zo ver als je kan. (= strekken van de rug)
5. Leg terug je handen op je knieën.

Herhaal deze oefening 10 keer.



Oefening 2:

1. Leg je handen gekruist op je schouders
2. Draai nu je rug, schouders en nek helemaal naar links.
3. Draai daarna terug tot je recht naar voor kijkt.
4. Draai vervolgens helemaal naar rechts.

Je kan deze oefening in zit of in stand uitvoeren.

Herhaal deze oefening 10 keer.

Oefening 3:

1. Beweeg je rug bol.
2. Beweeg vervolgens je onderrug helemaal hol.

Je kan deze oefeningen in zit of in stand of in lig uitvoeren.

Herhaal deze oefening 10 keer.



Oefening 4:



1. Beweeg je linker knie zo hoog mogelijk naar je borst toe.
2. Breng je linker been terug naar de grond.
3. Doe dit nu hetzelfde voor je rechter been.

Je kan deze oefening in zit of in lig of in stand uitvoeren.

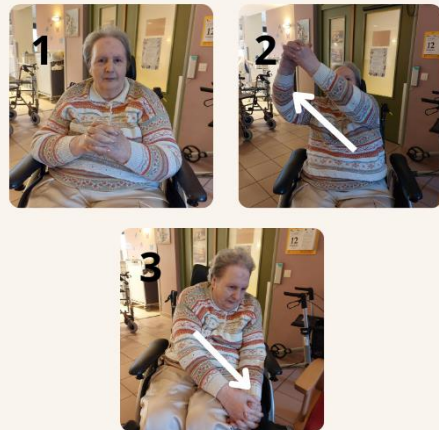
Herhaal deze oefening 10 keer.

Oefening 5:

1. Breng je handen en vingers in elkaar van je linker en rechter hand.
2. Beweeg nu je beide handen naar links boven.
3. Beweeg daarna schuin en neerwaarts je beide handen naar onder.
4. Herhaal dit nu voor de andere kant (rechts boven naar links onder)

Je kan deze oefeningen ook met een balletje of gewichtje uitvoeren.

Herhaal deze oefening 10 keer.



Oefening 6:



1. Laat je armen en handen zijwaarts van je lichaam hangen.
2. Beweeg je rechter arm zo ver mogelijk richting de grond.
3. Beweeg daarna terug naar de begin positie en herhaal dit voor je linker arm.

Je kan deze oefening in zit of in stand uitvoeren.

Herhaal deze oefening 10 keer.

Acties in de dementiewerking, persoonsgerichte zorg 2025

'IK, JIJ, SAMEN MENS', het referentiekader dementie,

is een sector overschrijdend document voor iedereen die betrokken is bij de zorg en ondersteuning van mensen met dementie en hun mantelzorgers.

Het werd door de Vlaamse overheid erkend als pijler van een kwaliteitsvol dementiebeleid

in thuis-, residentiële en ziekenhuiszorg. Het document kwam tot stand in nauwe samenwerking met de regionale expertisecentra dementie, zorgverleners uit alle takken van de zorg, mensen met dementie, mantelzorgers, koepelorganisaties, belangenbehartigers, onderzoekers, ...

Dit referentiekader omvat **zes** fundamenteën van goede zorg:

- Genuanceerde beeldvorming
- Normalisatie
- Professionele zorgverleners en vrijwilligers
- Afgestemde zorg
- Autonomie en geborgenheid
- Mantelzorgers en naasten

Met deze zes fundamenteën gaan wij, in alle huizen van De Medemens, in 2025 aan de slag. En dit gedurende de eerste zes maanden van het nieuwe jaar. Er zal telkens per maand een actie voorgesteld worden, gekoppeld aan één van deze fundamenteën. Deze zullen kenbaar gemaakt worden via een affiche verspreid doorheen ons huis.

Zo gaan we in januari van start met een actie rond de **BEELDVORMING** voor personen met dementie. Hierbij willen wij graag nog eens onder de aandacht brengen dat een gepaste woordkeuze zal bijdragen tot een positieve beeldvorming.

Liever horen we spreken over 'bewoners met dementie' en niet, kortweg, over 'de dementen'. Net als onze afdelingen voor bewoners met dementie, alsook bijzondere begeleiding genaamd. En niet over 'de demente' afdelingen.

Op welke manier we dit in de kijker gaan zetten, houden we nog even als verrassing voor het nieuwe jaar. Het hoopt alvast een leuke opener te worden...



Medewerkersnieuws

We vieren onze jarige personeelsleden

Op De Dreef – Het Sandt verjaren

<i>Cindy Blommaerts</i>	<i>29.01.2001</i>	<i>24 j.</i>
<i>Agnes Serrien</i>	<i>06.02.1964</i>	<i>61 j.</i>
<i>Amber De Wolf</i>	<i>02.03.2002</i>	<i>23 j.</i>
<i>Ellen Plattenbos</i>	<i>06.03.1995</i>	<i>30 j.</i>
<i>Maggy De Jonghe</i>	<i>11.03.1963</i>	<i>62 j.</i>
<i>Marleen Goossens</i>	<i>11.03.1969</i>	<i>56 j.</i>
<i>Katty Remery</i>	<i>11.03.1986</i>	<i>39 j.</i>
<i>Jeanine Rukundo</i>	<i>26.03.1982</i>	<i>43 j.</i>
<i>Lydia Van Espen</i>	<i>31.03.1960</i>	<i>65 j.</i>

Op De Klinker en De Klampoven zijn jarig

<i>Jennifer Moonen</i>	<i>21.01.2002</i>	<i>23 j.</i>
<i>Kimberly Vranckx</i>	<i>31.01.1989</i>	<i>36 j.</i>
<i>Hannes Smets</i>	<i>18.02.1991</i>	<i>34 j.</i>
<i>Anne Geessels</i>	<i>14.03.1971</i>	<i>54 j.</i>
<i>Gifty Amponsah</i>	<i>28.03.1995</i>	<i>30 j.</i>
<i>Ilse Patteet</i>	<i>28.03.1969</i>	<i>56 j.</i>
<i>Carin Brager</i>	<i>30.03.1968</i>	<i>57 j.</i>

Op Het Broeck – Het Veer zijn jarig

<i>Beatrice De Lathouwer</i>	<i>05.01.1968</i>	<i>57 j.</i>
------------------------------	-------------------	--------------

<i>Elke Stoops</i>	<i>27.01.1989</i>	<i>36 j.</i>
<i>Anja Pauwels</i>	<i>09.02.1974</i>	<i>51 j.</i>
<i>Hilde Wauters</i>	<i>22.02.1962</i>	<i>63 j.</i>
<i>Joy Lienga</i>	<i>25.02.1994</i>	<i>31 j.</i>

Op De Kleiput – De Rupeldijk zijn jarig

<i>Maaïke De Groof</i>	<i>21.01.1981</i>	<i>44 j.</i>
<i>Nathalie Van Damme</i>	<i>29.01.1979</i>	<i>46 j.</i>
<i>Marilyn Franck</i>	<i>22.02.1995</i>	<i>30 j.</i>
<i>Eva Tirpak</i>	<i>22.03.1965</i>	<i>60 j;</i>
<i>Daisy Van Lierde</i>	<i>02.03.1966</i>	<i>59 j.</i>

Bij de administratie en sociale dienst is jarig

<i>Ilse Mampaey</i>	<i>21.02.1967</i>	<i>58 j;</i>
---------------------	-------------------	--------------

Bij de kapsters – pedicure is jarig

<i>Kristine Van Ingelghem</i>	<i>05.01.1968</i>	<i>57 j.</i>
-------------------------------	-------------------	--------------

Bij ergo is jarig

<i>Bo Rens</i>	<i>17.01.2002</i>	<i>23 j.</i>
----------------	-------------------	--------------

Bij het pastorale team zijn jarig

<i>Hugo Rypens</i>	<i>11.01.1961</i>	<i>64 j.</i>
<i>Hilde Coeck</i>	<i>18.01.1968</i>	<i>57 j.</i>
<i>Annette Boen</i>	<i>29.01.1947</i>	<i>78 j;</i>

Bij het team van vrijwilligers zijn jarig

<i>Miek De Belder</i>	<i>21.02.1948</i>	<i>77 j.</i>
<i>Lea Verhoeyen</i>	<i>22.02.1934</i>	<i>91 j.</i>
<i>Peggy Van Reeth</i>	<i>02.03.1961</i>	<i>64 j.</i>

Interne TV en facebookpagina

Woonzorgcentrum Maria Boodschap

Indien u als bewoner, familie, personeelslid of andere, bezwaar heeft tegen de publicatie van uw naam of foto op de website, facebookpagina of op de tv in de inkomhal, dan kan u dat ten allen tijde kenbaar maken bij de sociale dienst.

Wij wensen iedereen van harte welkom op onze website en facebookpagina.

Website: www.mariaboodschapniel.be
Facebookpagina: woonzorgcentrum Maria Boodschap