

SAMEN THUIS



WZC Moervaartheem

Lente 2025

VOORWOORD

Beste lezer

Na de donkere en sombere wintermaanden ontwaakt een nieuw seizoen vol hoop en frisse energie. De dagen worden langer, de natuur staat in bot en vogels zijn vlijtig nesten aan het bouwen. 't Is weer lente, een tijd van groei, verbinding en vernieuwing.

Dit voorjaar kijken we reikhalzend uit naar een bijzonder moment: de opening van onze nieuwe cafetaria. Deze plek wordt niet zomaar een ruimte, maar een warme ontmoetingsplaats waar we kunnen verbinden, zorg dragen voor elkaar en samen genieten van waardevolle momenten. Het wordt een plek waar iedereen welkom is, een plek van saamenhorigheid en gezelligheid.

Helaas is voor velen deze lente overschaduwd door het verlies van een geliefde of achteruitgang van de gezondheid. De kwetsbaarheid van het leven doet ons op zo'n momenten elk ogenblik naar waarde schatten. Laten we een verbindende leefgemeenschap zijn waar ruimte is om te rouwen en waar elkeen die in een dergelijke moeilijke situatie vertoeft steun en nabijheid mag ervaren.

Verbonden groet

Veerle Cornelis, directeur



KERSTACTIVITEITEN

kersttoneel MWA Wachtebeke + kerstliederen zingen

Op zondag 22 december waren de leerlingen van het *Muziek- en WoordAtelier Wachtebeke* (MWA Wachtebeke - <https://www.mwawachtebeke.be/>) te gast in Moervaartheem. Onder leiding van Mevr. Trui Vandewalle brachten Xandro, Nynke, Hanne, Lilly-Rose en Victoria ons een bijzondere, oude, Duitse versie van het Kerstverhaal. Onze bewoners genoten zichtbaar en waren onder de indruk. Bedankt en heel graag tot volgend jaar!

Na het kersttoneel zongen we nog onder begeleiding van Stefan en zijn muziekorgel, de bekendste kerstliederen. Onze bewoners beleefden een héél mooie, sfeervolle namiddag en de aanwezige familieleden ook!

Stefan
Ergotherapeut



kerstavond en oudejaarsavond

Op deze feestelijke avonden zorgen we graag voor een extraatje. Er werden lekkere hapjes gemaakt en de tafels kregen een mooi versierde "look". De hapjes werden samen met een smaakvolle aperitief uitgedeeld en onder stemmige kerstmuziek kon het genieten beginnen. Op kerstavond werd een kaasschotel geserveerd en op oudejaarsavond werd de visschotel goed gesmaakt.

Bij deze willen we graag de keukendames bedanken voor het maken van deze verfijnde schoteltjes en ook de vrijwilligers voor hun hulp op deze toch wel speciale avonden.



driekoningenfeest

Dit jaar werd op elk verdiep driekoningenfeest gevierd. Er werd een tekst voorgelezen over de Drie Wijzen en daarna werd koffie met gebak aangeboden. In drie stukken gebak zat een boon verscholen. Wie de boon vond, werd tot "koning voor één dag" gekroond en mocht een wens doen.

Er was nog wat tijd over in Oeverzicht en daarom werden daar de nieuwjaarsbrieven voorgelezen. Voor alle aanwezige bewoners werd een gepersonaliseerde brief voorgelezen en afgegeven. En of onze bewoners er content mee waren !!

Sabine Baete
Animator



NIEUWJAARSDINER

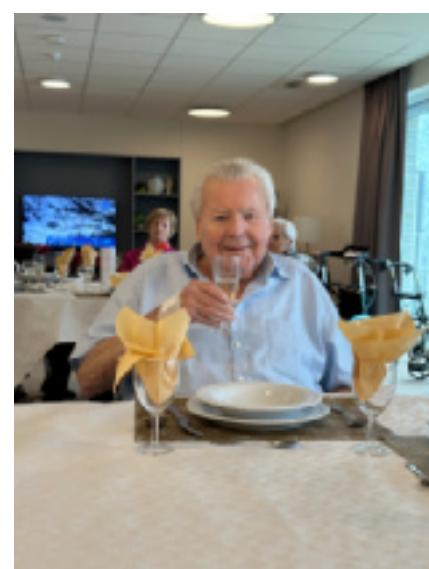
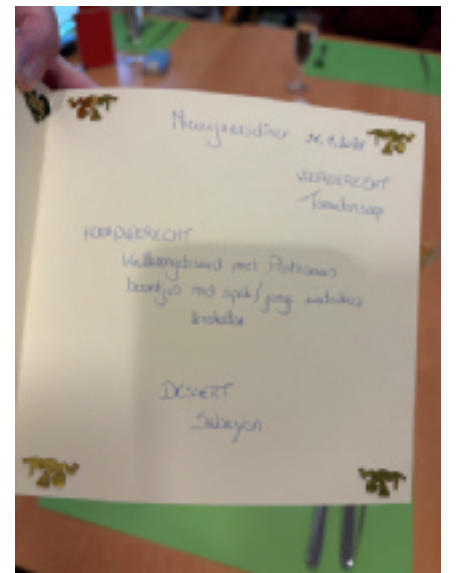
Tafelpapier werd uitgerold, feestporselein uitgehaald, mooie glazen en bestek werden opgeblonken. Bewoners kwamen of werden gehaald en tegen 11u00 konden we klinken op het nieuwe jaar. Het Nieuwjaarsdiner was ingezet.

Na een lekkere tomatenroomsoep konden we genieten van kalkoengebraad met portosaus, boontjes met spek, jonge waterkers en kroketten. Als dessert kregen we een sabayon.

Na de middag werd bij de koffie nog een lekker gebakje voorzien.

Bedankt aan de keukendames voor het verzorgen van dit feestmenu en ook oprechte dank aan de medewerkers en vrijwilligers voor alle hulp.

Sabine Baete
Animator



BLUE MONDAY wordt PINK MONDAY

Pink Ribbon presenteert: **PINK** IS THE NEW **BLUE**.
Op 20 januari (de meest deprimerende dag van het jaar) dragen wij roze om de dag op de fleuren en zo willen we borstkanker bespreekbaar maken op de werkvloer.



VALENTIJN



LICHTMIS



2 februari... Maria Lichtmis... een oeroud en daardoor ook vrij complex feest. Het is in essentie het feest van de opdracht van Jezus in de tempel. De oude Simeon en de nog oudere profetes Hannah worden door de aanblik van het kind gegrepen en zien er de belofte in van God, de belofte dat er redding zal komen. Wij leven in een tijd waar veel mensen in angst leven, de toekomst somber tegemoet zien. Maar de aanblik van een pasgeboren, weerloos kind maakt in mensen iets wakker van verwondering, ontroering, een sprankeltje hoop en perspectief: God laat ons niet in de steek. Het is een dag van dankbaarheid, hoop en gelovig vertrouwen. Dit is ook wat gelovigen ervaren in het sacrament van de ziekenzalving. Dit sacrament biedt troost en perspectief wanneer we met de broosheid van het leven geconfronteerd worden.

Alle bewoners en daggasten die dit wensten, kregen op maandag 3 februari tijdens de eucharistieviering ter gelegenheid van Maria Lichtmis, de mogelijkheid om het sacrament van de ziekenzalving te ontvangen. 's Anderendaags was het tijd voor de traditionele pannenkoeken. We beleefden mooie momenten van intense vreugde en warme verbondenheid.



ELVISDAG

Op 8 januari gedenken we de verjaardag van Elvis Presley. Gezien één van de collega's een perfecte imitator kent die gans het repertoire van Elvis kan spelen én zingen, was de beslissing vlug gemaakt. We nodigden Ludo Chielens uit. Bovendien is Ludo geen vreemde in ons huis en bezorgde hij ons reeds menige sfeervolle zang- en dansnamiddagen.

De leefruimte zat afgeladen vol en bij de eerste deuntjes werd al direct meegezongen. Al vlug volgden de eerste danspasjes. Vele bewoners en daggasten veroverden een plaatsje op de dansvloer. Ook bij de medewerkers werd

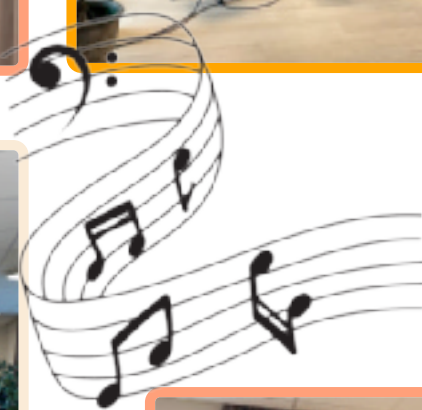
de zwoele stem van Ludo gesmaakt en sommigen konden voluit meezingen of lieten hun swingende heupen hun gang maar gaan.

Er waren enkel blijе gezichten te zien. Het was dan ook prachtig gezongen en de liedjes van Elvis, ja, die kent iedereen. Het was echt een fijne namiddag. En voor de liefhebbers onder ons: we hebben Ludo reeds geboekt in de mei-maand.

Daar kijken we met z'n allen naar uit!

Sabine Baete

Animator



BEWONERSQUIZ GEMAAKT DOOR LYDIA EN PAUL

Vraag en antwoord: het begin van een quiz

Een tijdje geleden kregen, Paul en ik, onafhankelijk van elkaar bezoek van Nadine. Ze had een belangrijke vraag. Ergens in februari is er een quiz en ze vroeg of we wilden helpen om enkele vragen op te stellen. We gingen beiden akkoord maar kenden elkaar eigenlijk niet.

Dus stap 1 was elkaar leren kennen. Dat lukte aardig en we besloten om aan de slag te gaan.

Elk afzonderlijk gingen we aan het denken. Niet te moeilijk, meerdere onderwerpen, enz.

We zochten kernwoorden door onze oren en ogen open te houden, door meer naar het nieuws te kijken, meer aandacht aan de krant te besteden, de gesprekken aan tafel beter te volgen. Je weet maar nooit. Inspiratie vonden we overal.

Toen kwamen we samen met onze kernwoorden. We zagen onmiddellijk dat een aantal kernwoorden bij ons allebei naar boven waren gekomen.

Vanaf toen kwamen we geregeld samen, soms zochten we een stil hoekje om onze gedachten samen te leggen. Niemand mocht weten waarover we praatten.

Uiteindelijk kwamen we tot 6 rubrieken : België, muziek, sport, dieren, cultuur en varia.

Toen begon het echte werk. Per rubriek 10 vragen opstellen, multiple choice. Een hele opgave. Dagelijks kwamen er vragen bij en we vonden het leuk. We vonden er plezier in onszelf aan het denken te zetten en correcte en foutieve antwoorden te formuleren.

Uiteindelijk kwamen we aan 60 vragen die goedgekeurd werden.

Nu is het afwachten of ze in goede aarde vallen bij de medebewoners en wat de resultaten zullen zijn.

Paul en ik kijken er alvast naar uit.

Het was voor ons beiden een mooie tijdbesteding en misschien spreken ze ons nog eens aan.

Veel plezier.

Paul en Lydia



VRAAG 7
Met wie was Elvis Presley getrouwd?

A) Hillary
B) Priscilla
C) Nancy



VRAAG 10
Hoe noemt onze bewoner die een Belgische zilveren medaille won in atletiek?

A) Aime
B) Roger
C) Ronny



Één puntje verschil...

We hadden er naar uitgekeken en plots is de quiz voorbij.

Twée ploegen daagden elkaar uit en uiteindelijk liep de uitslag gelijk op met slechts één puntje verschil tussen beiden.

De deelnemers vonden het fijn met vragen over meerdere thema's. Toch vond ik de vragen deels iets te makkelijk.

Ik heb de kennis van de medebewoners een beetje onderschat.

Volgende keer een beetje moeilijker maken en/of de multiple choice achterwege laten. We zien wel.

Een hele dikke pluim voor Nadine die de vragen aankleedde. Bij elke vraag plaatste ze een foto, liet ze een liedje horen of toonde ze een filmpje. Een reuzetaak met al dat opzoekwerk en de bewerking. Dankuwel ervoor.

Geen wonder dat haar familie als ze nog laat bezig was, zei : " 't is weer die quiz zeker waar je mee doende bent? "

Uiteindelijk zijn we allen tevreden en trachten we volgende keer weer ons beste beentje voor te zetten.

Daaaag.

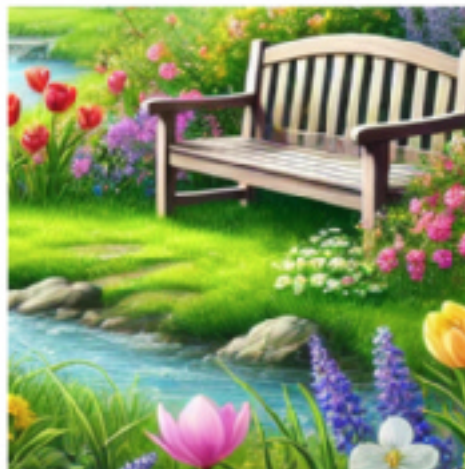
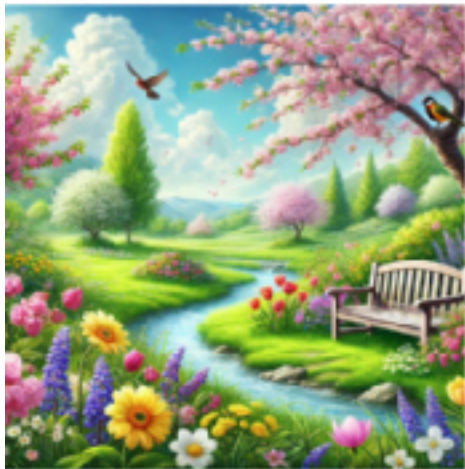
Lydia





LENTEBEEDEN

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



WAT BEEDEN DE EMOJI'S UIT?

Raad de lentewoorden uit de emoji's en vul de ontbrekende letters in.

 + 
E _ E _ E _ Z _ E K _ O C _ T

 + 
V _ G _ L H _ I _

 + 
Z _ N N _ B _ O _ M

 +  + 
P _ C _ N _ C _ M _ N _

 + 
T U _ N _ E R _ N

Antwoorden: 1. Eierenzoektocht, Vogelhuis, Zonnebloem, Picknickmand, Tuinieren

SCHADUW

Verbind de bloemen met hun juiste schaduw.



LENTERAADSELS

- Ik ben geel en groei in het voorjaar. Ik bloei vaak rond Pasen.
- Ik ben klein en zwart-geel. Je ziet me vaak zoemen bij bloemen.
- Ik heb lange oren en spring snel weg. Je ziet me vaak op zoek naar wortels.
- Ik ben rond en gekleurd. Kinderen zoeken me graag met Pasen.
- Ik ben klein en bont gekleurd. Ik drink nectar en vlieg van bloem naar bloem.
- Ik ben felgeel en vaak rond. Zonder mij zou het donker zijn.
- Mensen dragen mij in de hand als het regent, zodat ze droog blijven.
- Ik ben een boom die bloeit in roze of witte bloemen. In Japan ben ik heel populair.
- Ik ben een jas voor bloemen. Zonder mij zouden ze niet bloeien.
- Mensen liggen op mij in het park. Ik ben gemaakt van stof.

Antwoorden: 1. Naris, 2. Bij, 3. Konijn, 4. Paas, 5. Winder, 6. Zon, 7. paraplu, 8. kersenboom, 9. Bloembol, 10. Picknickkleed



TIP VAN DE MAAND

LAAT JE ANGST VALLLEN!

Elke oudere kan vroeg of laat te maken krijgen met valangst. Het kan je letterlijk overvallen naar aanleiding van een val, of de angst kan geleidelijk aan je leven binnen sluipen.

Wat de oorzaak van je valangst ook mag zijn, weet dat het niet 'hoort bij het ouder worden'.

Je hoeft er niet mee leren leven. Met de juiste aanpak kan je de valangst overwinnen.

Daarom is de belangrijkste boodschap: **praat erover!** Durf iemand toe te vertrouwen dat je angstig geworden bent om te vallen. Hoe jij je voelt is heel persoonlijk. Er is geen enkele reden om schaamte te voelen, het kan immers iedereen overkomen.

Tip voor de medewerkers en familieleden: als iemand je toevertrouwt dat die persoon valangst heeft, neem even de tijd om goed te luisteren wat de oorzaak is van de angst en wat dat doet met de bewoner. Neem de gevoelens zeker ernstig en erken de impact hiervan op het gemoed.

Valangst kan behandeld worden. Daarvoor moet de angst eerst in kaart gebracht worden: van waar komt de angst? Wanneer heb je er het meest last van? Wat doet de angst met jou als persoon? Hoe hevig is de angst? Op welke manieren beïnvloedt de angst je dagdagelijks leven? Welke hulpmiddelen heb je al geprobeerd?

Angst kan overwonnen worden door exposure therapie. Dit betekent dat je heel geleidelijk bloot gesteld wordt aan de situatie die je angst berokkent. Je krijgt hiervoor onder meer ondersteuning van de **kinesist, ergotherapeut...** Het vraagt moed, tijd en doorzettingsvermogen. Weet dat dit zeker ook met Ann, de **psychologe**, kan besproken worden. Zij kan je stap voor stap uitleggen hoe we met deze angst kunnen omgaan. Vraag zeker een gesprek aan indien gewenst! De referenten van de werkgroep valpreventie zijn nabij om je te ondersteunen.

Er is nog veel andere hulp en ondersteuning aanwezig in het woonzorgcentrum om je te helpen met je valangst. Hieronder enkele voorbeelden:

- Je kan informatie krijgen over de risicofactoren voor vallen. Deze kennis zorgt ervoor dat je er ook meer aandacht voor zal hebben en je meer zelfzeker zal voelen. Voorbeelden van risicofactoren kunnen zijn: slecht schoeisel, achteruitgang van je ogen...
- Er kan een oefenprogramma opgestart worden met evenwichtsoefeningen.
- Je kan hulpmiddelen leren gebruiken zoals een wandelstok of een rollator. Sommige bewoners voelen hier eerst wat schroom voor maar dat is niet nodig. Het is eerder moedig dat je je jezelf vooruit helpt met een hulpmiddel.
- Medewerkers kunnen je aanleren hoe je gemakkelijk kan rechtekomen.

An, onze psychologe staat steeds open voor vragen rond valangst. Spreek haar gerust aan wanneer je haar op jouw dienst hebt gespot! Lukt het je niet? Via de andere personeelsleden kan je met haar in contact worden gebracht!



Moervaart fitness

Thema: Sterke benen !

Heb je zin om dagelijks aan je fitheid en gezondheid te werken? Dan hebben we hier wat tips voor jou. In deze editie geven we tips over hoe je de gewrichten en spieren in je benen kan soepel en sterk houden.
Doe je mee?
Start met de opwarming, daarna de kernoefeningen waarbij je kan kiezen om ze in stand of in zit te doen. Sluit af met de cool down.



Opwarming

Ga zitten met je rug goed gesteund.

1. 3x diep in en uit ademen 🌬️🌬️🌬️
2. 20x afwisselend voeten over de grond schuiven, voor- en achterwaarts
3. 10x afwisselend tenen en hielen heffen



Trainen in zit

Ga zitten met je rug goed gesteund.

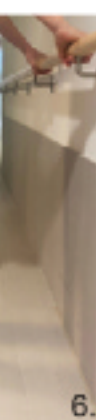
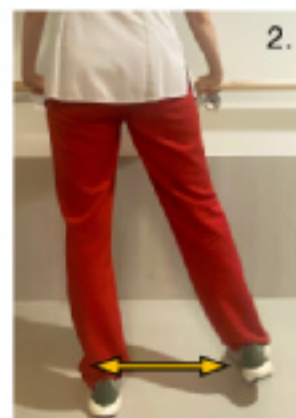
1. 2x10 ter plaatse stappen 🦶
2. 2x10 voeten zijwaarts plaatsen, apart of gelijktijdig
3. 10x links en 10x rechts: cirkelen met gestrekt been



Trainen in stand

Hou je goed vast aan de baren in gang of aan je rollator!

1. 2x10 ter plaatse stappen
2. 10x linker en 10x rechter voet zijwaarts plaatsen
3. 10x links en 10x rechts: cirkelen met gestrekt been
4. 10x links en 10x rechts: hef je knie tot tegen de bare (of zo hoog je kan)
5. 10x zakken door je benen
6. 10x op je tenen en op je hielen



Cool down

1. 20x afwisselend voeten over de grond schuiven, voor- achterwaarts
2. Wrijf in grote bewegingen over je dijen
3. 3x diep in en uit ademen
4. Applaus voor jezelf ! 🙌

Beweegrichtlijnen

- De oefeningen mogen geen pijn veroorzaken
- Herhaal deze oefeningen dagelijks of minstens 3x/week
- Bouw geleidelijk aan op, start met een paar oefeningen, tot je de volledige reeks kan doen. Bouw je aantal herhalingen ook langzaam op.

BELANGRIJKE DATA EN UITSTAPPEN

27 maart: uitstap naar Interflower
3 april: uitstap naar Interflower
8 april: Quiz oeverzicht
9 april: Quiz zonnegloed
10 april: wandeling
18 april: Goede Vrijdag wake
21 april: Paasviering
21 april - 25 april: week van de valpreventie
29 april: De Muziekvalies
1 mei: dag van de arbeid
11 mei: moederdag
12 mei: optreden Ludo Chielen (ter gelegenheid van moederdag)
15 mei: Wandeling Puyenbroeck
17 mei - 22 mei fietsweek
20 mei: De Muziekvalies
23 mei - 28 mei: Feestweek
25 mei: Oldtimernamiddag
28 mei: sneukeltoer Cava
29 mei: OLH-Hemelvaart
3 juni: Viering ter gelegenheid van Pinksteren
5 juni: Wandeling Puyenbroeck
8 juni: Vaderdag
9 juni: Pinkstermaandag
19 juni: Wandeling Puyenbroeck
23 juni: Dag van de Mantelzorger
24 juni: De Muziekvalies
26 juni: Huifkartocht Sinaai



Weetje: Wens je als vrijwilliger een activiteit te ondersteunen?
Neem gerust contact op met Sabine.

* alle activiteiten zijn onder voorbehoud van wijzigingen



WELKOM IN HET DAGVERZORGINGSCENTRUM

Mw. Crommlynck Marie Claire	27/11/2024
Mw. Meyvaert Yvonna	14/01/2025
M. van Eetvelde Marc	06/02/2024



WELKOM AAN ONZE NIEUWE BEWONERS IN HET WZC

Mw. Poelman Suzanna	19/11/2024
M. Van Laere René	19/11/2024
Mw. Cleyman Jeannine	03/01/2025
Mw. De Block Renée	13/01/2025
M. Van Vlem Frans	20/01/2025
Mw. De Keersmaeker Francine	27/01/2025
M. Van Acker Julien	19/02/2025
Mw. Moerman Irène	20/02/2025
M. Colman Gilbert	24/02/2025
M. Gevaert Eduard	03/03/2025



FLUITEND DE LENTE IN

Eigenlijk is de titel niet helemaal juist, want het hele jaar door klinkt het geluid van de vogeltjes door de gang op de eerste verdieping. Ze wonen naast elkaar en willen elkaar de loef afsteken door zo luid mogelijk te fluiten. En wij genieten: zulke mooie geluiden van vroeg in de morgen tot laat in de namiddag. We vroegen ons af van wie die vogeltjes zijn en gingen op onderzoek uit.

Het eerste bezoekje bracht mij bij Jetje, die je op elk moment van de dag ergens ontmoet.

Haar kanariepietje, Pierewietje, woont al enkele maanden bij haar. Haar zoon nam haar oudere vogeltje mee en bezorgde haar een knaloranje beestje. De moeite waard om te zien. Als dierenliefhebber weet hij heel veel over vogels. Hij neemt dan ook de zorg voor Pierewietje op zich. Het vogeltje laat zich horen als hij zijn baasje ziet of aanwezigheid voelt in de kamer.

Voor een dwergpapegaai moet je bij (kleine) Lea zijn. Een dame die met sneltreintempo en rollator door de gangen snelt. Ze wil precies overal de eerste zijn. Haar vogeltje, Flupke, is een zeer kleurrijk ventje. Zijn kooi hangt vol speelgoed. Straks kan hijzelf er niet meer bij. Na enkele jaren een kanariepietje gehad te hebben bracht haar zoon enkele jaren geleden de vogel mee als gezelschapsdier. 's Nachts legt ze een dekentje over zijn kooi, want anders begint zijn concert al vroeg in de ochtend en maakt hij ons wakker. Vanzelfsprekend zorgt haar zoon voor Flupke.

Als derde in de rij en buurman van Flupke is Jantje, de makker van Rony. Hij is een gemoedelijke man, altijd vriendelijk en de eerste om iemand te helpen waar hij kan. Ik denk dat hij dagelijks enkele kilometers aflegt, uitstapjes maakt naar het dorp en graag een sigaretje rookt. Rony kreeg Jantje van zijn zus die er ook voor zorgt. Hijzelf is altijd tegen zijn vogeltje bezig en die voelt dat zijn baasje hem graag ziet. Ik ben verbaasd dat zo'n klein beestje zo luid en lang zijn liedje brengt. Hij fluit dat het een lieve lust is.

Dit zijn de drie jongste bewoners bij ons. Mogen ze hun baasjes nog veel plezier geven en ons nog vele fluitconcerten.

Lydia



JANTJE



PIEREWIETJE



FLUPKE

WIJ GEDENKEN

M. Van Acker Camillus & Mw. De Moor Christiana
24/11/37 - 28/02/2025 & 23/07/1937 - 26/11/2024

Mw. Pauwels Lutgardis
10/01/1939 - 24/12/2024

Mw. De Bruyne Marcella
28/10/1933 - 26/02/2025

Mw. Baeyens José
09/06/1938 - 23/11/2024

Mw. Van De Walle Lorraine
04/08/1932 - 05/03/2025

M. Van Geijn Cornelis
08/02/1939 - 15/01/2025

M. Van Vooren André
05/01/1928 - 08/03/2025

Mw. Decroubele Esther
19/04/1939 - 16/01/2025

M. Blomme Willy
31/10/1938 - 02/03/2025

M. Vermeire Lucien
25/07/1934 - 23/01/2025

M. Smet Paul
19/03/1947 - 15/02/2025

MW. Van Herzeele Alice
25/04/1935 - 01/02/2025

M. Tanghe Robert
28/07/1930 - 02/02/2025

Mw. Thys Jeannine
21/04/1944 - 24/02/2025

Mw. Van De Voorde Irma
11/10/1932 - 23/02/2025

“Het is niet de dood die ons scheidt,
’t is de liefde die ons verbindt.”



Lieve Ofelia, mijn kleinkind, mijn sterretje.

Toen je geboren werd, nam je al direct een prominente plaats in met je ruim 4kg.
Een sterrenkijkertje, je wou meteen al zien wat er allemaal te beleven viel, hier op deze aardbol.
En een kijkertje bleef je. Stilletjes hield je alles en iedereen in het oog. Vooral je broertje Vidar,
die nu meteen " grote" broer werd.

Je mama en papa waren gelukkig met dit perfecte gezinnetje.
Een lachertje, een mooi, pienter meisje, met je rode haren. Even uniek als je mooie naam Ofelia.
Je hield veel van muziek, waarbij je, van als je kon zitten, heen en weer bewoog.
Dolle pret met je broertje erbij, en dansen!

Gekoesterd door zoveel liefde ging je een mooie toekomst tegemoet.
Totdat een vreselijke bacterie dat lieve lichaampje binnendrong, en je ziek maakte.
Veertien maart, ging je bij ons komen. Oma en opa waren oppas.
Veertien maart word je begraven! Onwezenlijk, is het enige woord dat beschrijft wat ik voel!
Wij kunnen ons niet inleven in het verdriet van je mama, papa, en broertje.
Hun wereld is blijven stilstaan op 5 maart.
Wij koesteren alle mooie herinneringen.
Voor altijd 15 maand,
Ofelia Vermassen, dochter van Lena De Caluwé en Tom Vermassen.
Zusje van Vidar Vermassen.
Voor altijd in ons hart,
Opa en oma❤

Donald, Vrijwilliger - Patricia, Woonleefbegeleider



ROUWEN DE KEERZIJD VAN LIEFDE

Ieder verlies kan een rouwproces teweeg brengen.

Verlies om een dierbaar persoon, verlies om het leven dat je had met een partner na een echtscheiding, verlies zelfs van je woning door een verhuis naar bijvoorbeeld een woonzorgcentrum omdat je van het leven dat je gewent was afscheid moet nemen, zelfs het verlies van een huisdier kan een rouwproces in gang zetten.

Het is het stille schreeuwen van ons hart dat weigert te geloven dat wat ons zo dierbaar was, voorgoed verdwenen is. Het voelt als een leegte, een afgrond die zich plotseling opent in je ziel, een plek die ooit gevuld was met gelach, gesprekken en de kleine geluismomenten die het leven de moeite waard maken.

En nu is die plek leeg en komt er rouwen voor in de plaats.

Rouwen is voor elk persoon anders.

Het verloop is nooit hetzelfde. Het is uniek zoals ieder van ons uniek is. Wanneer iemand van wie je houdt, zich uit je leven terugtrekt door de dood, of door afstand – lijkt de wereld stil te staan.

De herinneringen zijn er nog, scherp als een mes dat snijdt in je ziel, maar tegelijkertijd ook troebel, als een mist die niet wil optrekken. Je voelt de pijn, de onvervulbare ruimte die de afwezigheid achterlaat.

Elke plek die je ooit met iets of iemand deelde, is nu doordrenkt van afwezigheid. Je zoekt naar betekenis, probeert de stukjes van je leven opnieuw te lijmen, maar de puzzel lijkt niet meer compleet. Men zegt dat verdriet om wat men verloor wel zal verkleinen maar dat is helaas niet het geval. Het leven dat men heeft zal nooit meer hetzelfde zijn. We proberen het leven te laten groeien rond het gemis, het verdriet, het rouwen...

Rouwen is ook niet rechtlijnig. Het is geen proces met een begin en een einde,

geen overzichtelijke route die je kunt volgen. Het gaat met vallen en opstaan en het is echt hard werken net zoals roeien tegen de stroom in. Het is een chaos van emoties die zich soms opstapelen tot een berg waar je met momenten niet over kan om even later terug de moed te vinden om weer verder te gaan.

Maar de schaduw van het verlies loopt met je mee. Het verdriet, het gemis komt in golven.

Een liedje, een herinnering, een uitspraak of iets of iemand weerzien, kan je verdriet weer raken, het potje met je verliezen weer openen.

En toch, ondanks de pijn, is er liefde in het rouwen. Het is de liefde die we hadden voor iets of iemand, de diepe band die nooit echt kan verdwijnen, zelfs niet in de dood of het afscheid.

Het is diezelfde liefde die het gemis zo scherp maakt. Want rouw is een bewijs van de waarde die die persoon, die plek of ons huisdier in ons leven had. Hoe meer we liefhadden, hoe dieper de pijn van het verlies.

Door te rouwen, leren we ook onszelf kennen. We ontdekken veerkracht waarvan we niet wisten dat die in ons aanwezig was. En de herinneringen die zich vormen, geven ons de kracht om door te gaan.

Het is het bewijs dat de liefde, hoewel niet altijd zichtbaar, altijd blijft bestaan. Rouwen is dan ook een eerbetoon aan de liefde die we voelden en de liefde die we nog altijd in ons dragen. Het is een manier om te zeggen:

"Jij was waardevol voor mij, en jouw afwezigheid doet me pijn, maar je zult altijd een deel van mij zijn.

"En misschien is dat wel de ware betekenis van rouw: het besef dat liefde niet eindigt, zelfs al denken we van wel en voelt het zo aan. Liefde blijft voortleven in ons, in elke traan, in elke herinnering, in iedere nieuwe stap die we zetten, terwijl we de leegte achter ons proberen te laten.

Hoe groter de liefde hoe groter het verdriet....

Tijd heelt geen wonden
Tijd leert je leven met verdriet
En wachten...zeer geduldig ...
Tot je weer schoonheid ziet.
En tot de tederste herinneringen
zo diep vertakt zijn in je ziel
Dat ze de zere plekken
kunnen overgroeien
en jij opnieuw kan openbloeien.

-Kris Gelaude-



VRIJWILLIGERS

De bibliotheek komt naar Moervaartheem

Twee gezichten zijn sinds 1 januari regelmatig te zien in de woonruimtes en de gangen van Moervaartheem. Wie zijn wij? Wat doen we?

Wij zijn Anne Vangansbeke en Rudy Van Vlaender. Twee vrienden die van boeken houden.

Rudy ken je misschien al. Sedert enige jaren leest hij voor uit zorgvuldig gekozen boeken. Het is fijn om daarna samen te zitten praten. Soms over wat voorgelezen werd, soms over iets helemaal anders.

Anne is nieuw in Moervaartheem.

Boeken verrijken je leven

Allebei houden we van lezen. Met een boek in de hand worden we graag meegezogen in het leven van de personages. Wie zijn ze? Hoe ziet hun leven er uit? Wat beleven ze? Hoe reageren ze? Is jouw leven heel anders dan het leven van de personages? Of herken je situaties en gevoelens? Soms brengt een boek je naar het verleden. Naar de oorlog of naar lang vergane wereldrijken. Soms reis je naar de toekomst. En soms duik je zomaar vanuit je zetel in spannende avonturen. Of in gevaarlijke detectiveverhalen. Wat zijn boeken een rijkdom!

Hoe werkt het?

Een tiental bewoners op de eerste verdieping en evenveel mensen op de tweede verdieping hebben ons laten weten dat ze graag lezen. Ze hebben ons ook verteld wat ze graag lezen. Met die informatie gaan wij naar de bibliotheek in Wachtebeke en zoeken een boek dat past bij je voorkeur. Dat brengen we dan bij jou op de kamer. Meestal valt het boek mee. Soms ook niet. Net zoals in het echte leven.

We spreken af wanneer we de volgende keer bij jou terugkomen. Heb je het boek uit? Dan nemen we het terug mee en geven je een volgend boek. Ben je nog niet klaar? Dan komen we een volgende keer terug bij jou. Of nog eens een volgende keer. Er is geen haast. Je hebt alle tijd om een boek uit te lezen.

Op de eerste verdieping komt Anne op vrijdagvoormiddag, op de tweede verdieping probeert Rudy op woensdagvoormiddag langs te komen.

Help! Mijn ogen willen niet meel!

Misschien denk je nu: "Ja maar, mijn ogen zijn achteruit gegaan. Ik kan de kleine letters in een boek niet lezen!" Dan hebben we voor jou de grootletterbibliotheek.

Vind je luisteren naar een voorgelezen boek fijn? Ook dat kan! Met een eenvoudig toestel kun je een CD-lezer bedienen en simpelweg luisteren naar een verhaal. Vraag het ons!

En zo komt de bibliotheek vanaf nu naar jullie toe. Wil je ook graag een boek en sta je nog niet op onze lijst? Laat het ons weten!



Er moet zoveel gedaan,
er wordt zoveel gevraagd,
nooit houdt het op,
altijd handen tekort,
vragen te veel.
Maar het ongelooflijke is:
die handen worden gevonden.
En vooral gegeven.
Met veel plezier,
met veel ijver,
met veel warmte,
met veel liefde.
Vrijwillige handen.
Het is wat een mens zo mooi maakt,
tot mens benoemt.

-Geert De Kockere-



VRIJWILLIGERS

Lieve vrijwilligers

De Week van de Vrijwilliger (1-9 maart 2025) is een mooie gelegenheid om jullie welverdiend en op een bijzondere manier in de bloemetjes te zetten. Jullie zijn zó fantastisch! Jullie warme aanwezigheid is een bijzondere meerwaarde voor al wie woont en werkt op Moervaartheem. Jullie brengen zuurstof in ons huis. Jullie belangeloze inzet en betrokkenheid bieden zoveel extra mogelijkheden die onze bewoners en onze werking ten goede komen. Wat jullie allemaal doen is zonder maat. We weten dat we op jullie kunnen rekenen en dat doet deugd.

Op woensdag 26 februari mochten we jullie ontvangen op een verrijkende en verbindende vrijwilligersvergadering. En op donderdag 13 maart worden jullie, samen met de vrijwilligers uit al onze huizen, verwacht in Puyenbroeck voor de Dankdag voor Vrijwilligers. VZW Zorg-Saam wil op die manier ook haar erkenning en dankbaarheid uiten voor jullie waardevol engagement.

Jullie zijn goud waard en zijn een onmisbare schakel in ons huis.

Van ganser harte een dikke

Dankjewel!



Op Aswoensdag 5 maart kwamen heel wat bewoners en daggasten samen in leefruimte Lijster voor een gebedsdienst, voorgedaan door diaken Marnik Gadeyne. Iedereen werd getekend met het sobere symbool van de as, een herinnering aan de eindigheid van het leven. Op die manier zetten we samen de Veertigdagentijd in: een tijd om te onthechten, om te verstillen, om te reflecteren over wat écht van waarde is in ons leven. Er is immers veel dat belangrijk lijkt, maar ons vastbindt en beperkt. Veertig dagen tijd voor inkeer en ommekeer, om eerlijk tegenover onszelf, de ander en de Andere te staan. Veertig dagen om onze geest en ons hart te herijken.

Dit jaar valt de islamitische en christelijke vastenperiode deels samen. Dat dit een hoopvolle tijd mag zijn van meer dialoog, broederlijkheid en vrede, in onze eigen omgeving én wereldwijd. Dat onze wereldleiders zich niet laten leiden door angst en eigenbelang, maar investeren in diplomatie en dialoog in plaats van in zinloos geweld en de wapenindustrie.

Op 24 december 2024 leidde paus Franciscus het jubeljaar 2025 in met de woorden: "Hoop stelt niet teleur" (Rom 5,5). Een jubeljaar is een periode van verdieping, herstel en verzoening dat de kerk om de 25 jaar uitroept. Zij wil hiermee elke generatie de kans geven een tijd van genade en barmhartigheid in het leven te ervaren en met nieuwe energie de toekomst tegemoet te gaan. Paus Franciscus roept ons op om tijdens dit jubeljaar onze hoop te voeden en te versterken. Een zinvolle aansporing in deze woelige en onrustige tijd: laten we als pelgrims van de hoop de weg naar Pasen gaan.



"Het logo toont vier gestileerde figuren die de hele mensheid verbeelden vanuit de vier hoeken van de aarde. Ze omhelzen elkaar, wat wijst op solidariteit en broederschap die volkeren verenigen. De eerste figuur houdt zich daarbij vast aan het kruis. De onderliggende golven geven weer dat de pelgrimstocht van het leven niet altijd over rustige wateren gaat. De hoop in het logo is verbeeld door het anker waar het kruis aan de onderkant in overgaat."-Kerknet.be

Diep in onszelf dragen we hoop:
als dat niet het geval is,
is er geen hoop.

Hoop is de kwaliteit van de ziel
en hangt niet af
van wat er in de wereld gebeurt.

Hoop is niet voorspellen of
vooruitzien.

Het is een gerichtheid van de geest,
een gerichtheid van het hart,
voorbij de horizon verankerd.

Hoop
in deze diepe en krachtige betekenis
is niet hetzelfde als vreugde
omdat alles goed gaat
of bereidheid je in te zetten
voor wat succes heeft.



Hoop is ergens voor werken
omdat het goed is,
niet alleen omdat het kans van slagen heeft.
Hoop is niet hetzelfde als optimisme,
evenmin de overtuiging
dat iets goed zal aflopen.
Wel de zekerheid dat iets zinvol is
afgezien van de afloop,
het resultaat.

-Vaclav Havel-

Vaclav Havel, Tsjechisch schrijver, politicus en dissident (1936-2011). In het verlengde van de Koude Oorlog, werd hij gelauwerd voor zijn vreedzame strijd voor mensenrechten en (dichterlijke) vrijheid. Hij trotseerde meermaals de gevangensmuren voor zijn idealen en het welzijn van zijn volk. In 1990 ontving hij het eredoctoraat van de VUB.

Op Goede Vrijdag 18 april zullen we met een kruisweg en een bloemenhulde Jezus'lijden verbinden met alle lijden van vandaag en van alle tijden.

God van liefde

woorden vol zekerheid
ontvallen ons
in de verstillings van dit uur.
Door twijfel en door leegte
moet een mens
om de diepte te vermoeden
van uw vereeuwigd woord:
'Ik zal er zijn'.
Geef ons die vaste grond
opdat wij in beproeving staande blijven.
En schep in onze ziel
de ruimte die er nodig is,
om oog in oog met lijden
zelf onvoorwaardelijk nabij te zijn.

-Kris Gelaude-

Het Koninklijk A Capella Saman-koor uit Ertvelde komt op maandag 21 april onze Paasviering opluisteren.

Midden in het graf,
in het graf van de dood,
van oorlog en onrecht,
van haat en angst,
heb ik een engel gezien.
Hij had geen vleugels
en zijn gewaad schitterde niet.
Neen, hij was heel gewoon,
een mens als ieder ander mens.
Hij was er, midden in dat graf.
Hij was niet weggelopen van de mens en zijn ellende,
Hij was er, in mijn angst en mijn onvrede,
in mijn onmacht, midden in de dood van velen.
Hij was er zoals God er altijd is, midden in de dood.
Niet bang zijn, zei hij,
Je hoeft de Levende hier niet te zoeken.
Maar breek de graven open,
maak de zwachtels los die mensen gevangen houden in zichzelf,
toegeklapt in hun verdriet;
herstel de onmacht en de angst,
wek een nieuw vertrouwen,
en wees er ook voor anderen.
Dan zul je Hem zien, de Levende,
daar gaat Hij u voor.
Wie God doet is door geen grafsteen tegen te houden.

-Carlos Desoete-

Van harte ZALIG PASEN!



In 2015 gestart met 1 daggast, genaamd Marina.
Ondertussen de voorbije 10jaar heb ik Trees, Jozef, Petrus, Camilla, ... leren kennen!
Allen daggasten met veel levenservaring, unieke verhalen.
Op 1 januari 2025 konden we het 10 jarig bestaan vieren van
ons dagcentrum De Brug.
Een groots feest organiseren we in de komende maanden.
Ondertussen passeerden reeds 232 daggasten de revue.
Ik ben hen allen dankbaar om hun levenswijsheid met ons te delen,
om mooie gezellige momenten samen te mogen beleven!
Dankzij ons schitterend team kunnen we nu zeggen dat we een "goed draaiend"
dagcentrum zijn: vol van activiteiten, vol van zorg en liefde voor elkaar.
Weldra geef ik de fakkel als coördinator door.
Ik vertrouw erop dat deze gezellige plek een warm huisje zal blijven!
Binnenkort ga ik aan de slag in ons WZC als coördinator Wonen en Leven,
dus blijf ik in ons grote warme (t)huis.
Altijd welkom in het dagcentrum!

Crommelinck Leen
coördinator dagcentrum De Brug





NIEUWE MEDEWERKERS

14.11.2024: Jordy Wuytack als zorgkundige
 06.01.2025: Aelbrecht Pascale als hoofdverpleegkundige
 06.01.2025: Piens Samantha als zorgkundige
 20.01.2025: Dhaen Natasja als medewerker interieurzorg
 03.02.2025: Karanfil Selma als medewerker interieurzorg



NIEUWE COLLEGA'S AAN HET WOORD

Hoofdverpleegkundige Pascale Aelbrecht

Ik ben Pascale Aelbrecht, geboren in de vorige eeuw in 1966 en in 1988 afgestudeerd als verpleegkundige in Antwerpen. De liefde bracht mij in 1994 naar Oost-Vlaanderen. De liefde zorgde voor een vol huisje, 1 meisje en 3 jongens. Ondertussen wonen er nog maar 2 sloebers thuis. Onze dochter is de oudste. Zij is verpleegkundige in het UZ Gent op een chirurgische afdeling en woont in Gent. Onze oudste zoon woont in Deurne en werkt in de ICT sector. De middelste zoon is 20 en wil geschiedenisleraar worden. Alles van de twee wereldoorlogen interesseert hem meer dan 100%. De jongste is 16 en een goede voetballer. Hij voetbalt bij Lokeren-Temse bij de beloften en zit in het 4de middelbaar.

Ons gezin telt ook nog 3 katten, 2 langharige poezen en een kortharige kater: ze noemen Juliëtte, Marie en Ouzo.

Ik studeerde ook nog een beetje verder. Ik deed kaderopleiding en werd hoofdverpleegkundige. Eerst in een woonzorgcentrum in Evergem en daarna in een woonzorgcentrum in Gent. In 2011 werd ik hoofdverpleegkundige in Zelzate, maar door de privatisering van het woonzorgcentrum werd ik ingeschakeld op de sociale dienst van het OCMW Zelzate. In 2017 deed ik daar de begeleiding van Syrische vluchtelingen en na de vluchtelingencrisis werd ik centrumleidster in het lokaal dienstencentrum De Kastanje in Zelzate. Maar de zorg liet mij niet los en ik deed losse opdrachten in AZ Sint Lucas, AZ Alma en UZ Gent op interim basis.

Aangezien ik mijn bijzondere beroepstitel geriatrie behaalde in 2013 werkte ik daar voornamelijk op de afdeling geriatrie. In september 2023 ben ik gestart als zelfstandige thuisverpleegkundige in bijberoep bij Thuisverpleging Sas en Sofie uit Wachtebeke. Als eeuwige student begon ik een opleiding tot Rouw -en Verliesconsulente bij Rouw -en Verlies Vlaanderen. In februari 2025 studeerde ik af en heb ik ook daarvan een diploma.

Zorgen zit mij in het bloed. Zo zorg ik af en toe 's morgensvroeg of 's avonds voor het dochttertje van de burens, een meisje met een beperking. Wat zeggen ze : beter een goede buur dan een verre vriend, maar daar is wel iets van waar.

Als ik niet werk dan durf ik wel eens bakken: cake, koekjes, taarten, broodpudding enz. Helaas is het effect ervan soms ook te zien op de weegschaal. Daarom probeer ik te bakken zonder koolhydraten. Reizen doe ik ook erg graag samen met mijn gezin. Deze reizen gaan dan vooral naar Spanje, Catalonië en Griekenland, het eiland Lesbos. Ook een citytrip staat jaarlijks op het programma. Dit jaar ben ik 30 jaar gehuwd en gaan we met héél het gezin op vakantie naar Lesbos.

Om tot rust te komen beoefen ik yoga, ga ik wandelen in de natuur of ga ik mee kijken naar het voetbal van mijn jongste zoon.



Zorgkundige Samantha Piens

Ik ben Samantha, moeder van 2 lieve dochters die ook in de zorg staan en 4 kleinkinderen.

Op mijn 53ste ben ik afgestudeerd als zorgkundige plus. Daarvoor heb ik bij zorgbehoevende mensen gewerkt.

Ik doe mijn job super graag♥.

Een dank je en lach op hun gezicht daar doe je het toch voor hé.

Mijn hobby is muziek. Ik speel keyboard en in oktober 2024 ben ik begonnen met zangles.

Ook geniet ik van elke dag samen met mijn man en huisdieren.



't Safarken

Ik ben Shari, ergotherapeute en BelRAI-trainer binnen het woonzorgcentrum Moervaartheem. Ik ben 31 jaar en woon in Zele samen met mijn man Rikkert, die sociaal werker is voor de stad Sint-Niklaas, en onze twee kinderen, Amélie (7 jaar) en Marilou (5 jaar). Ons gezin wordt verder compleet gemaakt door ons hondje Molly, de katers Pimpel en Kamiel en het ondeugende konijn Dolly.

In mijn vrije tijd ben ik graag creatief en muzikaal bezig, maar vooral ben ik iemand die graag zorg draagt voor anderen.

Mijn moeder heeft haar hele carrière gewijd aan het zorgen voor mensen met een verstandelijke en fysieke beperking in Emiliani te Lokeren. Ik was daar als kind vaak te vinden en zij noemde haar cliënten altijd haar "jongens", wat voor mij betekende dat ik, in feite, een grote familie had in Emiliani. Het is dan ook geen verrassing dat mijn zorgende karakter van mijn moeder komt.

Ik ben iemand die altijd in de weer is – mijn ADHD-brein heeft namelijk geen uit-knop en geen filter. Dit is iets wat mijn man soms wel eens vervloekt, vooral wanneer ik ineens om 22u met een nieuw idee kom en er direct mee aan de slag ga!

En over koken gesproken, dat is absoluut niet mijn sterkste punt... Gelukkig is mijn man daar formidabel in! Maar ik ben altijd bereid om van mijn oudere dames en heren van Moervaartheem te leren en wellicht mijn kookkunsten wat te verbeteren.

Ik kijk er naar uit om samen met jullie verder te werken, te leren en elkaar te ondersteunen.



NIEUWJAARSRECEPTIE



CONTACTINFORMATIE

Moervaartheem Wachtebeke

Meersstraat 31
9185 Wachtebeke
09 241 53 50

Directeur

Veerle Cornelis
09 241 53 51
intern nummer: 2011
cornelisv@moervaartheem.zkj.be

Verantwoordelijke Wonen en Zorg

Walter Siau
09 241 53 52
intern nummer: 2013
Siauw@moervaartheem.zkj.be

Verantwoordelijke administratie en financiën

Anja Geirnaert (start 1 april)
09 241 53 53
intern nummer: 2012
geirnaerta@moervaartheem.zkj.be

Opnameverantwoordelijke

Woonassistent GAW de Reepkens

Geneviève Guyssens
09 241 53 54
intern nummer: 2014
socialdienst@moervaartheem.zkj.be

Medewerker administratie

Ellen Haillez
intern nummer: 2017
hailleze@moervaartheem.zkj.be

Coördinator centrum voor dagverzorging

Leen Crommelinck - Ann-Valerie Versluys (start 5 mei)
09 241 53 56
intern nummer: 2008
dvccordinator@moervaartheem.zkj.be

Coördinator wonen en leven

leen Crommelinck (start 5 mei)
intern nummer: 2005
crommelinckl@moervaartheem.zkj.be

Pastoraal medewerker/Ethisch referent

Béatrice Lassaux
intern nummer: 2209
pastor@moervaartheem.zkj.be

Technische dienst

Kevin Schatteman
intern nummer: 2010
technischdienst@moervaartheem.zkj.be

Preventieadviseur/ referentiepersoon dementie

Stefan Cockheyt
intern nummer: 2218
preventieadviseur@moervaartheem.zkj.be

Psycholoog

An Calleyl
calleyla@moervaartheem.zkj.be

Hoofdverpleegkundige Waterkant

Elke Leemans
09 241 53 57
intern nummer: 2007
leemanse@moervaartheem.zkj.be

Hoofdverpleegkundige Oeverzicht

Pascale Aelbrecht
09 241 53 58
intern nummer: 2107
aelbrechtp@moervaartheem.zkj.be

Hoofdverpleegkundige Zonnegloed

Paul De Leeuw
09 241 53 59
intern nummer: 2208
deleeuwp@moervaartheem.zkj.be

Coördinator interieurzorg

Linette Vandenberghe
intern nummer: 2217
vandenberghel@moervaartheem.zkj.be

Diensthooft keuken

Sonia Dejongh
09 241 53 55
intern nummer:
2214 (mobiel) - 2215 (vast toestel)
keuken@moervaartheem.zkj.be

Vertrouwenspersoon

Delphine Fuchs
intern nummer: 2212
fuchsd@moervaartheem.zkj.be

CRA

Dr. Sara Van Thuyne

Volg ons ook op sociale media:



wzc.moervaartheem

wzc_moervaartheem



Gebruikersnaam:

Moervaartheem-Gasten

wachtwoord:

12345Moervaartheem@

Heeft u een suggestie - idee - probleem?

Laat het ons weten, wij maken er graag werk van!

Datum:.....

Contactpersoon: te bereiken op:

Naam van de persoon/personen door wie dit gemeld werd:.....

Omschrijving van suggestie - idee - probleem:

.....

.....

U kan dit strookje deponeren in de brievenbus aan het bureau van directeur Veerle Cornelis.