

# APROPO

Huiskrant woonzorgcentrum Hof van Egmont

15 Juli– 31 Augustus 2018



Lees mij ook op [www.zorgbedrijfrivierenland.be](http://www.zorgbedrijfrivierenland.be)



ZORGBEDRIJF  
RIVIERENLAND



Het wordt vandaag een prachtige dag dus...  
laten we samen  
nieuwe herinneringen maken!

## INHOUD

3 Voorwoord

### **Actueel**

- 4-6 ♦ Bewonersraad
- 6-7 ♦ Nieuwe oprit -Mededeling jobstudenten logopedie
- 8 ♦ Vervoer nieuw ziekenhuis
- 9 ♦ Cambio nieuw aangepast vervoer
- 10-11 ♦ Zomer van Mechelen
- 12 ♦ Terugblik op 10 000 Stappenclash
- 13 ♦ Project Hof van Busleyden
- 14-15 ♦ Geheugentraining—Cupcakes-actie

### **Prikbord**

- 16-17 ♦ Wij verwelkomen– nemen afscheid

### **Lifestyle**

- 18 ♦ Puzzel
- 19-20 ♦ Stappenclash
- 20-21 ♦ Bodypainting

### **Uit en thuis**

- 22-26 ♦ Activiteitenkalender
- 27 ♦ Activiteiten ergo

28-29 **In de kijker**

30-31 **Waar of niet waar?**

32-33 **Terugblik**

34 **Info HVE**



Beste bewoners

We hebben al goed zomerweer gehad en er staan ons nog zwoele dagen en nachten te wachten. Daar zijn we in dit woonzorgcentrum natuurlijk goed op voorbereid. Verder staan er veel leuke belevenissen binnen en buiten op de agenda, zoals een uitstap naar zee, Zomerfit en ook Maanrock in augustus. Veel leesplezier en tot ziens!

**Koen Anciaux**  
**voorzitter**

## VOORWOORD



Beste bewoners,

Ik begin bijna aan mijn vakantie. Als jullie deze Apropo lezen, is het 's avonds finale van de Wereldbeker voetbal. Of onze Rode Duivels die spelen, weet ik nog niet. Ik weet ook nog niet of zij het halen van Brazilië. Ik ben in alle geval grote fan van hen, en van het voetbal in het algemeen. Dus, ik zal zeker supporteren. En dan is er ook nog Wimbledon en de Tour de France. Voor sportliefhebbers zijn het hoogdagen. Deze vakantie zijn er weer heel wat jobstudenten in de verschillende functies aan de slag. Fijn dat zij hun vakantiedagen willen invullen met een centje bij te verdienen in ons woonzorgcentrum en de dagverzorgingscentra. Zij dragen bij tot jullie welbevinden. De werken aan onze voordeur en aan de ondergrondse parking lopen gelukkig op zijn einde. Het zal niet helemaal klaar zijn tegen het bouwverlof. We hopen snel na het bouwverlof terug in een normale situatie te komen zonder werken, zonder stof, zonder ongemakken. Onze excuses dat jullie geduld soms op de proef werd gesteld. Geniet nog met volle teugen van de zomermaanden, geniet van de terrassen, onder de bomen of pergola. Zo brengen jullie de vakantie ook in ons woonzorgcentrum.

**Ria Marten**  
**directeur**

## REDACTIE

## WERKTEN VERDER MEE

|                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| Ria Martens        | Ria Porteman      |
| Katrien Van Robaey | Vera Benoit       |
| Christel Somers    | Cristina Gonzalez |
| Jolien Van Praagh  |                   |

animatie-en ergo team  
Marijke De Smedt  
Patrick Decolvenaer  
Roel Vertessen  
Veerle Nuytkens

## BEWONERSRAAD JUNI 2018

### In juni kwamen de volgende punten aan bod:

Vorig verslag uit Apropo van mei  
 Klachtenanalyse uit Apropo van juni  
 Maaltijden in aanwezigheid van Maarten van Sodexo  
 Persbericht over nieuwbouwplannen  
 Stem voor zorg  
 Woorddienst  
 Nieuwe Maan  
 Bewoners op vakantie  
 Activiteiten verleden en toekomst  
 Vragen van bewoners



Er waren in totaal 45 bewoners en familieleden op 4 verschillende bewonersraden aanwezig. De aanwezigheid is zoals bij vorige bewonersraden.

### 1. Vorig verslag

Verslag bewonersraad in Apropo van mei 2018 werd overlopen.

### 2. Klachtenanalyse

Verslag in Apropo van juni 2018 werd overlopen.

Tijdens het eerste kwartaal van 2018 dienden 23 personen een klacht in, wat een stijging betekent ten opzichte van het vorige kwartaal: 10 bewoners, 7 familieleden, 3 medewerkers, 1 bezoeker en 2 gebruikers van onze dagverzorgingscentra dienden een klacht in. Hiervan waren 16 klachten gegrond. In de Apropo werden de inhoud en acties besproken. Er werden geen bijkomende vragen gesteld of opmerkingen gegeven bij de toelichting.

### 3. Maaltijden en maaltijdgebeuren in aanwezigheid van medewerker Sodexo

Tijdens deze bewonersraden waren de bewoners over het algemeen tevreden over de maaltijden. Voorkeuren van bewoners kwamen aan bod en werden genoteerd door Maarten van Sodexo. Zo vragen bewoners naar nog een keertje spek met eieren en lamsvlees op het menu. Enkele aandachtspunten werden gevraagd en worden hier toegelicht.

- ☛ Sommige bewoners hebben bij het ontbijt graag iets hartigs, een sneetje charcuterie bv. Maarten lichtte toe dat de medewerkers kunnen kijken of er van de avond voordien nog overschot is. Dat mag dan zeker gegeven worden. En als iemand elke dag een sneetje charcuterie wenst, mag dat besteld worden aan de keuken.

- ☛ Het dessert voor diabetes is kleiner dan het standaard dessert. Maarten legt uit hoe het komt dat een dessert als cake of suikerwafel inderdaad kleiner is en lichter weegt dan een gewone cake of suikerwafel. Dat heeft te maken met de hoeveelheid vetten, suikers en andere koolhydraten die omgezet worden in suikers. Hier is niet veel aan te doen als we de dieetvoorwaarden willen opvolgen.



- ☛ De smaak van de koffie is soms bitter. De richtlijnen over het zetten van koffie worden nog een keertje toegelicht op elke zorgafdeling. Er wordt gemiddeld iets sterkere koffie gezet zodat voor zij die mildere koffie willen, er nog water kan bijgedaan worden. Omgekeerd is wat moeilijker.

## BEWONERSRAAD JUNI 2018

**4. Persbericht over nieuwbouwplannen**

Ria Martens kwam mondeling toelichten wat in het persbericht van eind april stond. Het nieuwe Hof van Egmont zal gebouwd worden op de site van Zwartzustersvest, nadat het ziekenhuis verhuisd is naar hun nieuwe gebouwen aan de R6. Bewoners zien de voordelen van slechts één keer verhuizen en kort bij de markt gelegen te zijn. Bewoners stellen vragen bij de keuze van de kamer, of ze zullen mogen kiezen naast wie ze wonen, welke medewerkers met hen meegaan. Het is goed dat bewoners aangeven wat voor hen belangrijk is.

**5. STEM voor zorg**

Leerlingen van het atheneum Keerbergen, richting houtbewerking (STEM-richting), hebben samen met leerlingen van Busleyden Atheneum, richting zorg, twee kruidenbakken, een sjoelbak, een belevingstafel en een treincoupé gemaakt voor onze bewoners. Deze meubelen staan op de zorgafdelingen voor mensen met dementie aangezien de dagbesteding voor deze bewoners vooral op de zorgafdeling wordt aangeboden. We zijn zeer dankbaar dat de leerlingen dit voor onze bewoners hebben gemaakt.

**6. Woorddienst**

De diaken, Koen, stelt voor om een woorddienst, "gelezen mis", te doen op regelmatige basis. Er wordt gepolst naar interesse. De meeste bewoners hebben geen interesse.

**7. Nieuwe Maan**

Dit tijdschrift van de stad Mechelen wordt elke maand aan onze bewoners bezorgd, samen met de Apropo. Slechtziende bewoners kunnen dit tijdschrift lezen met een CD. Eén bewoner heeft dit al kunnen doen. Als je dit wenst, geef dan een seintje aan je animator. Zij kan daarvoor zorgen.

**8. Bewoners op vakantie**

Er werd gepeild naar de interesse om op vakantie te gaan. Dit naar aanleiding van de vakantie van het DVC. Er zijn een aantal bewoners die daar wel zouden op inschrijven.

**9. Activiteiten verleden en toekomst**

De activiteiten van de afgelopen maanden werden besproken, waaronder ook deze van de maand van de valpreventie. Er was grote tevredenheid over het aanbod en het verloop. De zomeractiviteiten werden toegelicht, waaronder de barbecue, livestream met Barbara Dex, ijsjes op de afdelingen, de ijskar, de zomerfit in de maanden juli en augustus en diverse uitstappen. Alles wordt aangekondigd in de Apropo of op het aparte blad met aanbod per zorgafdeling.

**10. Punten van de bewoners**

De omschakeling van medicatie uit het ziekenhuis naar de generische medicatie in ons woonzorgcentrum doet bij sommige bewoners vragen rijzen.

**Antwoord:** De werking van merkmedicatie en generische medicatie is gelijklopend. De huisarts moet wel steeds zijn akkoord geven om merkmedicatie om te zetten naar generische medicatie. Als een bewoner vragen heeft over de medicatie, of een bepaalde medicatie niet kent, vraag je best informatie aan de verpleegkundige van je afdeling. Deze kan je meer uitleg geven.

Bewoners geven aan dat de beloproepen snel beantwoord worden. Het is fijn om dat te vernemen. Een aantal opmerkingen of vragen waren individueel of net heel specifiek over de werking op een bepaalde zorgafdeling. Deze werden besproken met het team.



## NIEUWE OPRIT HOF VAN EGMONT



Eindelijk!

De werken aan de Speecqvest naderen hun einde. Weldra zal de hinder achter ons liggen en zal de vest weer veilig te betreden zijn.

We gaan ons wel een beetje moeten aanpassen met het op en af rijden van de site. De aanleg van de vest heeft vooral rekening gehouden met de toekomstplannen van onze site Hof van Egmont en minder met de huidige situatie. Voor de uitrit van onze weg langs de hoofdingang is nu de nieuwe bushalte ingepland.

Goed nieuws voor wie met de bus komt! Lekker dicht bij de toegang. Maar wie met de auto komt, om iemand op te halen of af te zetten aan onze ingang, gaat een bochtje extra moeten maken om terug de vest op te rijden.

Op en van de site rijden zal dus op dezelfde plaats gebeuren. We vragen wel aandacht voor de voetgangers en fietsers.

Onze mindervaliden parkings blijven behouden voor wie minder goed te been is. Bezoekers raden we aan om gebruik te maken van de ondergrondse parking.

## MEDEDELING "JOBSTUDENTEN"



Tijdens de zomermaanden verwelkomen we heel wat jobstudenten.

Dankzij hun inzet kunnen onze vaste medewerkers hun vakantie nemen.

Alvast bedankt voor jullie formidabele inzet.



## JOSKE VAN BOS – BEWONER VAN K 658 – STELT TENTOON

Joske is geboren in Duffel, op 23 juni 1920. Ze heeft in een meubelbedrijf gewerkt als secretaresse en boekhoudster. Op haar 60ste ging ze op pensioen en wou ze gaan schilderen, maar omdat het niet lukte heeft ze dat plan weer opgeborgen.

Toen we 3 jaar geleden in het ergolokaal startten met een crea-namiddag, kwam Joske haar 2<sup>de</sup> kans wagen. Ze begon eerst met schilderen op zijde, maar stapte al snel over naar schilderen op doek.

Ondertussen is ze al erg bedreven en zet ze in grote lijnen eerst met potlood haar tekening op canvas. Daarna vult ze aan met verf en penseel. Ze schildert niet alleen in het ergolokaal, maar ook boven op haar kamer.

Het resultaat van haar creatieve prestaties kan je vanaf 15 juli gaan bekijken in onze kunstgalerij



## VERVOER NIEUW ZIEKENHUIS

***Vanaf 15 oktober 2018 bundelt het AZ Sint-Maarten zijn huidige drie campussen (campus Rooienberg in Duffel en campussen Leopoldstraat en Zwartzustersvest te Mechelen) in één nieuw ziekenhuis, gelegen op Liersesteenweg 435 in Mechelen-Noord.***



Integratie in het landschap

Dat verandert natuurlijk wel wat jou als bewoner, als je op consultatie moet gaan bij een dokter in het ziekenhuis.

Reeds verschillende jaren hebben we een groep van vrijwilligers die we kunnen contacteren om met jou te voet met de rolstoel de weg

af te leggen en je tot bij de dokter te begeleiden. Echt een luxe was dit.

Niet alleen was het aangenaam om op die manier nog eens buiten te komen maar ook was dit financieel heel voordelig. Vrijwilligers kosten u immers niks.

Aangezien het traject in totaal meer dan 4 km zal zijn zullen de vrijwilligers je niet meer te voet kunnen begeleiden .

Vanaf 15 oktober zal je vervoer nodig hebben om naar het ziekenhuis te gaan. Als je familie daar zelf kan voor zorgen zou dit voor jou aangenaam en ook een stuk goedkoper zijn.

Binnenkort bekijken we welk vervoer er allemaal mogelijk is. We laten het in één van de volgende edities van de Apropos aan bod komen.





## NIEUW CAMBIO “AANGEPAST VERVOER”

***Omdat we fan zijn van autodelen en dit toegankelijk willen maken voor iedereen voorzien we nu ook een rolstoeltoegankelijke deelauto in Mechelen. Dit brengt ons totaal aantal Cambio-deelwagens op 37 en dit op 19 locaties.***

Cambio autodelen Vlaanderen lanceert haar eerste aangepaste, **rolstoeltoegankelijke** deelauto in Mechelen. Met deze rolstoeltoegankelijke cambio-auto beschik je als rolstoelgebruiker over je eigen auto ... op die momenten dat je er één wenst.

**Over onze rolstoeltoegankelijke wagen:** De rolstoeltoegankelijke auto van cambio is **voor alle cambio-gebruikers toegankelijk**, niet enkel voor rolstoelgebruikers. Door de aanpassingen in de wagen is die immers voor iedereen gewoon bruikbaar: de koffer moet niks aan ruimte inboeten en ook de achterbank blijft behouden. Voor rolstoelgebruikers is de wagen **dankzij de bodemverlaging optimaal toegankelijk**. De wagen (model Citroen Berlingo) is zowel bruikbaar voor gewone rolstoelen als voor mensen met een scootmobiel (maximale breedte van de rolstoel is 75cm - diepte van de koffer 140 cm). Dankzij de binnenhoogte van 144 cm kan je makkelijk in je rolstoel blijven zitten tijdens de rit en van het **uitzicht door de ramen** genieten. Hoewel de achterbank tijdens deze rit opgeklapt is, blijft er toch nog **ruimte voor wat bagage** naast de rolstoel en is er plaats voor **twee extra passagiers** naast de chauffeur. De rolstoeltoegankelijke auto voldoet aan alle **veiligheidsvoorschriften**.



## ZOMER VAN MECHELEN

## PARKPOP 23/06-16/08

Elke donderdagavond feest in "den Botanik". Elke week genieten van verschillende muziekgenres, dus voor elk wat wils.

Het programma:

**Parkpop – elke donderdag vanaf 28 juni t.e.m. 16 augustus**

**28.06** : WK Engeland – België

**05.07** : Buurman

**12.07** : Cookies and Cream

**19.07** : Isolde XL

**26.07** : Minneapolis – Prince Tribute

**02.08** : Michael Schack

**09.08** : Pardon Service

**16.08** : Jo Vally



## MAANROCK 24/08-25/08-26/08

Het grootste, gratis stadsfestival in Vlaanderen. Tijdens het laatste weekend van augustus wordt de binnenstad het Walhalla van de muziek. Maanrock is de afsluiter van de zomer.

Het programma is zeer variërend op verschillende podia's.

Als afsluiters op zondag:

|                            |                                  |
|----------------------------|----------------------------------|
| <b>14.00 u tot 14.30 u</b> | <b>Radio Rommy</b>               |
| <b>14.30 u tot 15.20 u</b> | <b>Kaatje (voor de kinderen)</b> |
| <b>15.30 u tot 16.00 u</b> | <b>Radio Rommy</b>               |
| <b>16.00 u tot 17.00 u</b> | <b>Laura Tesoro</b>              |
| <b>17.30 u tot 18.30 u</b> | <b>Niels Destadsbader</b>        |
| <b>19.00 u tot 19.45 u</b> | <b>Rob De Nijs</b>               |
| <b>21.45 u tot 21.15 u</b> | <b>Abba Gold</b>                 |
| <b>21.45 u tot 22.45 u</b> | <b>De Kreuners</b>               |
| <b>23.00 u tot 00.30 u</b> | <b>Discobar A Moeder</b>         |



## ZOMER VAN MECHELEN

**BEIAARDCONCERTEN – 23/06-26/08**

Goede tradities zijn er om in ere te houden. De beiaardconcerten gaan terug tot in 1892 en vinden jaarlijks plaats tijdens de zomermaanden. Dit jaar staan ze in het teken van de herdenking van de Eerste Wereldoorlog. Je kan genieten van de concerten elke maandagavond vanop het Cultuurplein aan de Sint-Romboutstoren.

**DIJLEFEESTEN 27/07-28/7-29/07**

Deze gaan door op een gloednieuwe locatie in het hartje van de Djlestad, op het Cultuurplein en in het Cultuurcentrum. Een reeks van jonge, gegeerde muzikanten palmt twee dagen lang verschillende podia in, zowel in- als outdoor.

**KINDERSTAD MECHELEN 01/08**

Kom mee zandkastelen bouwen, plonsen in de zwembadjes of gooien met de kubbstokken. Tropische sferen en knusse loungezetels zorgen ervoor dat de mama's en papa's ook even tot rust komen terwijl jij je helemaal kan uitleven. Dit van 10 uur tot 16 uur.

Woensdagavond geniet je bovendien van een familiepicknick vanaf 20 uur.

**BELPOP BONANZA SESSIE EN BELGUNIQUE MAKERS 21/07**

De nationale feestdag krijgt dit jaar een volledig nieuwe invulling met een dag- én avond-programma. Breng een bezoekje aan de Belgunique Makers Markt (10-19u) en feest vervolgens mee op de Grote Markt met Belpop Bonanza Sessie (20-23u). In samenwerking met Belgunique nodigen we heel wat Belgische ontwerpers met originele producten uit op het Cultuurplein. Ontdek en koop unieke producten van lokaal maaktalent. Van lokaal gebrouwen bier, tot keramiek, woonaccessoires en handgemaakte juwelen. Als kers op de taart krijg je in de avond op de Grote Markt vanaf 20u de Belpop Bonanza Sessie met Jan Delvaux en dj Bobby Ewing. Met twee zijn ze de spil van Belpop Bonanza, het beproefde concept rond de geschiedenis van de nationale popmuziek. Op zaterdag 21 juli presenteert het duo in Mechelen, en alleen in Mechelen, een onuitgegeven nationaal defilé. Verwacht een straf huisorkest, gereputeerde gasten als André Brasseur en Jess & James in verrassende combinaties en massa's mooie liedjes van Belgische makelij. Een feestelijk vuurwerk mag ook zeker niet ontbreken. Nog meer gasten worden binnenkort bekend gemaakt. Kortom: vertoef een hele dag in Mechelen



## DIJLESTAD WINT 10.000 STAPPENCLASH

Mechelen heeft de derde 10.000-stappenclash gewonnen en kroont zich zo tot de actiefste stad van Vlaanderen.



Het Vlaams instituut Gezond Leven en de Vlaamse Logo's daagden de 207 deelnemende steden en gemeenten uit om in mei virtueel de wereld rond te stappen. Onderzoek wijst uit dat 10.000 stappen per dag zetten hetzelfde positieve effect op je gezondheid heeft als elke dag een half uur extra bewegen. De Dijlestad trok aan het langste eind in de categorie '+50.000 inwoners'. De ruim 400 deelnemende stappers namen al snel een mooie voorsprong en zouden deze niet meer afgeven. Ze zetten 103 miljoen stappen, goed voor zo'n 72.519 km. Ze deden zo beter dan Kortrijk en Brugge, die de top-3 vervolledigen. "Ik ben trots op alle Mechelaars die zich van hun actiefste kant lieten zien in deze stappenclash. Ik hoop dat alle deelnemers zeker blijven doorstappen voor hun goede gezondheid en dat deze groep steeds groter wordt", zegt schepen van Welzijn Koen Anciaux.

### ***Hof van Egmont deed mee!***

Meer dan 50 bewoners, personeelsleden en vrijwilligers stapten de ganse maand mei mee en stapten zo Mechelen mee naar de overwinning.

Proficiat



## PROJECT "HOF VAN BUSLEYDEN"

'We maken Mechelen beter per vierkante meter.'

**De Grond der Dingen** is een **initiatief van theater ARSENAAL/LAZARUS en het museum Hof van Busleyden** waarbij inwoners van Mechelen opgeroepen worden om actief mee te bouwen aan de gemeenschappelijke toekomst. De stad stelt 20.000 m<sup>2</sup> ter beschikking om een aantal voorstellen te realiseren.

Elke Mechelaar krijgt dus 1 m<sup>2</sup> cadeau die hij/zij kan inzetten op 3 manieren. Hij/zij dient een idee in waarmee hij iets nieuws toevoegt, hij/zij verandert iets aan een bestaande plek in de publieke ruimte of hij/zij sluit zich aan bij bestaande projecten en wordt mede-eigenaar. De ideeën kunnen tussen 1 en 20.000 m<sup>2</sup> groot zijn.

## ***Hof van Egmont heeft ook een idee ingediend***

### De beweegtuin voor alle Mechelaars



Kinderen naar de speeltuin, de ouders staan aan de kant. Ouders naar de fitness, de kinderen naar de oppas. Mensen met een beperking, waar kunnen zij terecht? Waarom kunnen we niet met z'n allen samen bewegen? Samen op de schommel, samen op de fit-o-meter. Zalig moet dat zijn als jong en oud samen plezier kunnen beleven. Samen bewegen, samen spelen, samen leven. Misschien moeten we het gewoon mogelijk maken...Wat houdt ons tegen?

Wil je ons project bekijken of wil je steunen zodat onze beweegtuin er komt?

Ga dan naar [www.degrondderdingen.be](http://www.degrondderdingen.be) en stem op ons ingediende idee

Wil je kennismaken met alle ingediende projecten? Je kan ze bezichtigen in het vernieuwde Hof van Busleyden

## GEHEUGENTRAINING

**Een mini-cursus geheugentraining in het woonzorgcentrum**

Heb je ook het gevoel dat je veel vergeet of begint te vergeten? Schrijf je dan in voor onze mini-cursus geheugentraining die start in september. In 3 lessen leer je hoe het geheugen werkt, hoe je je geheugen kan verbeteren en hoe je er beter mee kan omgaan.

**HOE WERKT ONS GEHEUGEN?**

korte lessenreeks in het ergolokaal

door Mia Van Loon

referentiepersoon dementie / ergotherapeute

**Vrijdag 21 september: 1<sup>ste</sup> les:** Kennismaking  
Het geheugen  
Namen en gezichten onthouden

**Vrijdag 28 september: 2<sup>de</sup> les:** Concentratie  
Ordenen

**Vrijdag 5 oktober: 3<sup>de</sup> les:** Beelden en associatie  
Lezen en onthouden  
En dan verder...

*Telkens van 10 tot 11 uur*

**Info & inschrijving:** vóór 10 september  
in het ergolokaal bij Nancy, Tine of Mia



## CUPCAKES – ACTIE

ZORGBEDRIJF  
RIVIERENLAND

## September is cupcake-maand!

De ergotherapeuten én bewoners verwennen je gedurende de maand september met heerlijke artisanale cupcakes!

De opbrengst van onze actie gaat integraal naar materiaal voor de activiteiten die we organiseren.



Even praktisch:

- **Bakdag** is dinsdag
- **Bestellen** bij de ergotherapeuten
- **Afhalen:** woensdag en donderdag
- **Prijs:** 1 cupcake: 1 euro  
6 cupcakes: 5 euro

SAMEN

UNIEK

PASSIE EN BEZIELING

woonzorgcentrum  
Hof van Egmont

## WIJ VERWELKOMEN

- ♦ PLETTINCKX Louissette sinds 08/06/2018
- ♦ IBRAHIM Aliza sinds 12/06/2018
- ♦ GOYVAERTS August sinds 14/06/2018
- ♦ VAN DE VELDE Ria sinds 26/06/2018
- ♦ BAETEN Gabriëlla sinds 06/07/2018
- ♦ VANDENBORNE François sinds 09/07/2018
- ♦ ROMSWINKEL Joanna sinds 10/07/2018

## NIEUW PERSONEEL – WELKOM IN HET HVE!



Enweonye Francisca  
Zorgkundige MBW



Demesmaeker Annemie  
Zorgkundige A3-4



Vlassenroot Cindy  
Zorgkundige MBW



Nyefene Martin  
Zorgkundige C3-6



Udechukwu Valentine  
Zorgkundige C3-6



Zahnoun Yasmina  
Verpleegkundige Niv.1



## WIJ NEMEN AFSCHIED VAN

- ♦ SEGERS Leon kamer 264
- ♦ GIELIS Fernand kamer 307
- ♦ VER MOESEN Martha kamer 251
- ♦ DE MAAT Rosa kamer 605
- ♦ VAN DEN BERGH Henri kamer 508
- ♦ BOSMANS Juliana kamer 325



## UITBETALING ZAKGELDEN

De zakgelden voor **AUGUSTUS 2018** zullen worden uitbetaald op:

Dienst boekhouding: ***maandag 13 augustus 2018***

**van 14 uur tot en met 16 uur**

Uitbetaling op kamer: ***dinsdag 14 augustus 2018***

**in de voormiddag op de kamer**



## PUZZEL – ONZE RODE DUIVELS – WIE IS WIE ?



- 1 Thibaut Courtois
- 2 Vincent Kompany
- 3 Mousa Dembélé
- 4 Yannick Carrasco
- 5 Dendoncker
- 6 Batshuayi
- 7 Nacer Chadli
- 8 Koen Casteels
- 9 Romelu Lukaku
- 10 Thorgan Hazard
- 11 Youri Tielemans
- 12 Jan Vertonghen
- 13 Axel Witsel
- 14 Adnan Januzaj
- 15 Thomas Meunier
- 16 Kevin De Bruyne
- 17 Laurent Ciman
- 18 Dries Mertens
- 19 Dedryck Boyata
- 20 Eden Hazard
- 21 Toby Alderweireld
- 22 Simon Mignolet
- 23 Thomas Vermaelen
- 24 Marouane Fellaini

## 10 000 STAPPENCLASH

**Gesprek met de oudste deelnemer van de 10.000-stappencrash Joske Van Bos (98)**

***"Ik ga blijven stappen, tegen de stijve benen"***

*De prijs voor 'oudste deelnemer van de 10.000-stappencrash' gaat naar Josephina Van Bos uit Mechelen, beter bekend als Joske. Ze werd pas 98 jaar .*

De bewoners van woonzorgcentrum Hof Van Egmont in Mechelen schreven zich in voor de 10.000 stappencrash. Een maand lang werd er dagelijks een kleine en grote wandeltoer uitgestippeld. Joske Van Bos was elke dag paraat voor de grote toer.

***Joske, de grote toer?***

"Waarom niet? Elke dag startten we rond tien uur en wandelden we in groep een dik halfuur. Het was ook een goede manier om eens andere mensen te ontmoeten. Ik kom overeen met iedereen. Soms ging ik ook in de namiddag alleen nog een toertje doen. Hier wat rond 'den blok'. Ik wandel met mijn rollator, zonder voel ik me niet veilig genoeg."

***Hoe groot was de wandelgroep?***

"O, dat was altijd anders. Soms 15 man, soms wat minder. De ene dag is de andere niet, zeker niet als je wat ouder wordt. Het eerste waar sleet op komt als je ouder wordt zijn de pootjes (lucht). Maar ik heb goed volgehouden, in totaal heb ik 62.000 stappen gezet. Op mijn sandalen, want die zitten het best."

***Je wist blijkbaar ook het een en ander over 10.000 stappen?***

"Wees maar zeker. Elke dag hing er een affiche met een vraag over 10.000 stappen. Bijvoorbeeld hoeveel calorieën je verbruikt tijdens het stappen. Ik was de enige die op het einde alle vragen juist had. Als ik het niet wist, zocht ik het op internet. In mijn kamer heb ik een laptop, daar ben ik graag mee bezig. Het hielp mij nu ook om de antwoorden op te zoeken. Een mens moet zijn plan trekken, vind je niet?"

## 10 000 STAPPENCLASH

***Volledig akkoord. Ga je nu blijven wandelen?***

"Mag ik eerlijk zijn? De laatste dag van de actie was ik blij dat het gedaan was, want het vraagt best wel wat. Maar nu het gedaan is, mis ik het al. Dus ik ga blijven stappen, anders krijg je toch maar stijve benen. En in een rolstoel wil ik niet belanden."

**Mijn man en ik waren een goed team.****Was je vroeger eigenlijk ook al zo actief?**

"Ik ben geen 'stilzitter'. Jarenlang deed ik boekhouding en administratie in een meubelzaak. Daar leerde ik ook typen, het toetsenbord van mijn laptop heeft daarom maar weinig geheimen! We kwamen ook graag buiten, mijn man en ik, samen gingen we vaak op pad. Ook gewoon uitstapjes in Mechelen, waar we woonden. Mijn man is helaas al meer dan twintig jaar overleden, maar ik mis hem nog elke dag. Zoiets gaat niet voorbij. We waren een goed team."

**Volgende week word je 98. Wat is je geheim?**

"Er zijn geen wondermiddelen. Mijn advies is: leef matig. Niet buitensporig veel eten, ook niet te veel alcohol drinken en al zeker van de sigaretten blijven. Bezig zijn is ook goed. Ik was altijd bezig, nu nog eigenlijk, met de mogelijkheden die ik heb. Ik lees, brei, schilder, vul kruiswoordraadsels in. Om negen uur 's avonds is mijn kaars wel uit, maar voor de rest voel ik me tiptop."

**Gelukkige 98<sup>ste</sup>, Joske!**

## BODYPAINTING: KUNST OP LEVEND CANVAS

Zo'n 6-tal jaar geleden ben ik gestart met een cursus facepainting en kindergrime bij Syntra in Leuven. De cursus duurde 10 weken en die vlogen voorbij. Geweldig om te zien hoe 20 volwassenen bij elkaar prinsessen en leeuwen schminkt, want ja, we moesten op elkaar oefenen. Nog geweldiger is het gevoel als je naar huis rijdt, niet beseffend dat nog steeds geschminkt bent als monster.



In 2013 ben ik dan zelfstandige in bijberoep geworden onder de naam 'de verfVee'. Toen is de bal aan het rollen gegaan. Je komt in een fantastische wereld terecht! De glimlach van een kind, daar doe je het voor. Mijn honger naar meer was groot, dus ben ik beginnen workshops te volgen: glittertattoo's, bellypainting (grime op zwangere buiken), speciale effecten, ... ik heb ze allemaal gedaan.



## BODYPAINTING



Je leert collega-grimeurs kennen en geeft opdrachten aan elkaar door als je eens niet kan en toen kwam er een voorstel. Sabine van studio Bien, meervoudig kampioen bodypainting, wou een Master jaar bodypainting ontwerpen op maat van 8 grimeurs. Dat zag ik wel zitten. Eerder puur voor de ontspanning en om te weten wat het eigenlijk is.

Wat een ervaring! Het was echt niet zo simpel als we dachten. Alles moet mooi in mekaar overgaan en het plaatje moet kloppen.

Schaduw, contrasten leggen, verhoudingen, enz. Er kwam heel wat bij zien. Om de 3 weken hadden we avondles waarop we enkel het bovenlichaam moesten doen en 4x op een jaar deden we een volledige bodypainting. Voor onze juf mocht dit 'slechts' 6u in beslag nemen. Ik kan u zeggen dat dit echt niet veel is om een volledig lichaam te bedekken met schmink. We werden met ons clubje echte vrienden en het was echt super om telkens onze creativiteit te delen. Het kon dan ook niet anders dan dat er een 2<sup>e</sup> Master-jaar bodypainting kwam. Dat heb ik nu afgerond. We leerden onder andere tattoos na te maken in zwart/wit, kledij naschilderen, blacklightpainting en camouflage (model staat voor een grote tekening, doek of muur en je mag het niet zien).

Een goed jaar geleden ben ik dan ook begonnen met bodypainting wedstrijden. Deze vinden meestal plaats in Nederland. Die wedstrijden zijn steeds in thema: vb. videogames, big party, ... Je krijgt dan 6u de tijd om je paint af te maken.



In het laatste uur komt de jury langs en mag je je thema verklaren. Na de 6u moeten alle penselen neer en mag je model naar de fotografen gaan voor professionele foto's. Op het einde is er dan nog een presentatie op muziek door de modellen en dit voor het publiek. Je leert heel veel op deze wedstrijden en op de Vakbeurs Uiterlijke Verzorging in Gorichem dit jaar ben ik beloond voor mijn werk. Daar haalde ik de 1<sup>e</sup> plaats op de body-



paintingwedstrijd voor amateurs met als thema videogames. Nadeel is wel dat ik volgend jaar moet meedoen bij de profs J. Wil je me graag eens aan het werk zien dan ben je welkom op het Belgisch Kampioenschap Bodypainting te Puurs op zaterdag 15 september. Misschien tot dan?

**Veerle Nuytkens**



## ACTIVITEITENKALENDER 16 JULI tot en met 31 AUGUSTUS



Carrefour Zemst

**DONDERDAG**

2 augustus

Vertrek om 10.45 uur

Met inschrijving

Kaarten

**VRIJDAG**

27 juli

31 augustus

**DINSDAG**

14 augustus

Animatielokaal 14 uur



## Hof van Egmont in beweging ! ZOMERFIT



Van maandag tot donderdag

in juli en augustus

10.30 uur - 10.50 uur

**Onder de grote boom**



**Doe allen met ons mee...**

**We maken er een zalige zomer van!**

## ACTIVITEITENKALENDER 16 JULI tot en met 31 AUGUSTUS

kookclub**MAANDAG**

6 augustus

Animatielokaal

Start om 9.30 uur

Met uitnodiging

**Eucharistie****VRIJDAG**

2 augustus

Restaurant

Iedereen welkom

Verstellen**Elke woensdag****voormiddag**

Aanvraag via de afdeling

Fruitkraam Jimmy**Elke vrijdag****13.30 uur - 14 uur****Buiten aan de ingang**

ACTIVITEITENKALENDER 16 JULI tot en met 31 AUGUSTUS

**Café Royal**

Op **maandag 27 augustus 2018** in het restaurant van 14 uur tot 15.30 uur. De **bewoners die jarig zijn tussen 16 juli en 31 augustus** worden getrakteerd op een lekker stuk biscuit. De niet-jarigen, familie en vrienden betalen hiervoor **3 euro** in voorverkoop. Terplekke betaal je 3,50 euro.



Graag **inschrijven en betalen** vóór donderdag 23 augustus bij de animator of op de afdeling.



**Onthaal nieuwe bewoners**

**DINSDAG**

31 juli

14 uur animatielokaal  
Met uitnodiging





## ACTIVITEITENKALENDER 16 JULI tot en met 31 AUGUSTUS

**Daguitstap naar Blankenberge**

***Als je deze zomer graag mee naar zee gaat kan je je plaats best nu al reserveren. Wil je familielid mee als begeleiding, laat dit dan ook zo snel mogelijk weten***

***Kosten :*** Middagmaal volgens eigen keuze is terplekke te betalen

***Trein met reservatieticket :***

**Bewoner met familie :** **10,40 euro**  
en familie betaalt eigen ticket e.v.t mee  
gereserveerd door HVE

**Bewoner zonder familie:** **15,80 euro**

**Bewoner met gratis ticket betaalt  
reservatiekosten:** **5,40 euro**

**Bewoner met gratis ticket met be-  
geleiding :** **10,80 euro**

inschrijving op de afdeling.



- ♦ Dinsdag 17 juli ( MBW )
- ♦ Dinsdag 31 juli ( 5-6A )
- ♦ Donderdag 9 augustus ( 3-6C )



## ACTIVITEITENKALENDER 16 JULI tot en met 31 AUGUSTUS



**Maandag 30 juli**

**&**

**Donderdag 23 augustus**

**Tussen 14 en 15.30 uur**

**Kan je een ijsje kopen aan**

**de ijskar in de tuin**

**1,10 euro per bol**

## WAT IS ER TE BELEVEN IN DE ERGO

**Wandelclub**

Op maandagnamiddag of  
dinsdagvoormiddag  
afhankelijk van de weers-  
omstandigheden

Dinsdag = op uitnodiging!

**Kleuren voor volwassenen**

Op dinsdagvoor-  
middag

In het ergolokaal

**CREA: schilderen**

Donderdagnamiddag

**2 - 9 - 23 - 30 (?) augustus**

vanaf 14.00 uur

**Kookactiviteit**

Vrijdag 13 augustus

**In het animatielokaal**

vanaf 9.30 uur



(activiteit op uitnodiging)

## JOLIEN VAN PRAAGH: OP REIS ALS KIND

Mijn vakantiebestemming... toen mij werd gevraagd hier een artikel over te schrijven, kwamen er meteen beelden naar boven van al mijn prachtige reizen die ik in mijn jonge leven al heb gemaakt: mijn roadtrip door Amerika met mijn beste vriendin, mijn groepsreis naar Lapland,... Genoeg reisvoer om hele boeken over te schrijven, maar om de een of andere reden kreeg ik niks op papier. Tot ik mijn ogen sloot en er even bij stilstond welke herinneringen nu het échte, pure, vrije vakantiegevoel bij me oproepen. En toen wist ik waarover ik moest schrijven.

Ik word terug gekatapulteerd naar een tijd véle jaren voor mijn heldhaftige avonturen in Amerika. Naar een tijd waarin de dieren nog spraken en mijn fantasie grenzeloos was. Het was nog pikdonker toen we in het busje van het reisbureau naar de luchthaven werden gebracht. Ik zong voor mijn teddybeer een verzonnen liedje, waarmee ik hem geruststelde dat hij niet bang hoefde te zijn voor spoken, want die bestaan niet.

Mijn mama had me maanden voor deze dag al verteld dat we voor het eerst écht op reis zouden gaan. Naar Mallorca! Met het vliegtuig! En de vlucht zou twee uur duren! Dat was twee keer de duur van mijn film van Hans en Grietje. Echt onbeschrijflijk lang voor een kind van vijf.

Van de reis zelf herinner ik me vooral het allerbelangrijkste voor een kind van die leeftijd: water en zon. En Maika. De animatrice van de miniclub bij wie ik me zo veilig, geliefd en geborgen voelde. Voor een gesloten kind als ik, dat zich niet snel hechtte aan een volwassene, was deze band zo uniek, dat ik me Maika tot op de dag van vandaag herinner. Op de dag dat we uit Spanje vertrokken, sprak ik mijn eerste Engelse woorden: "I love you, Maika."

De jaren daarop volgden er vele reizen met ons gezin: naar Frankrijk, Oostenrijk, Zwitserland, Italië, Ibiza,... Mijn mama koos steeds voor een hotel met een zwembad: "Ik moet in 't jaar hard genoeg werken, dus wil ik op reis lekker op mijn gat kunnen zitten en mijn benen onder tafel schuiven 's avonds!". Als echte waterrat kon ik me daar gerust in stellen. Het liefst van al dreef ik uren in het zwembad of de zee op mijn opblaasbare orka of krokodil, terwijl ik in mijn hoofd de meest spannende avonturen beleefde. Mijn grote zus hield meer van uitstappen doen, dus we gingen ook best veel wandelen en dingen bezoeken.

In Oostenrijk verbleven we dichtbij een van de langste rodelbanen van Europa.



## JOLIEN VAN PRAAGH: OP REIS ALS KIND

Wat mij het meest bij is gebleven van al onze reizen, zijn de vriendjes en vriendinnetjes die ik maakte. Met de Duitse Linda, die ik op mijn 10<sup>de</sup> in Italië leerde kennen, ben ik nog jarenlang pennenvrienden gebleven. Als kind maakt het niet uit dat je de taal van de ander niet kent, want de taal van Samen Spelen is universeel.

Ik zal ook nooit vergeten dat mijn papa meedeed aan de grote 'Mister Mar Amantisverkiezing' in ons hotel in Ibiza. Mijn magere vader met zijn 'kiekebust' stond daar tussen allemaal bruingebrande, stoere binken, maar omdat hij er als een écht showbeest helemaal voor ging, won hij de wedstrijd. Die avond dat mijn vader 'Mister Mar Amantis' werd, ging hij voor mij de geschiedenis in als een echte held.

Ik zou nog uren mijmerend kunnen doorgaan over hoe heerlijk die vakanties voor mij waren. En hoewel ik, toen ik later zelf begon te reizen, meer het avontuurlijke type was dat ging rondtrekken en in huurauto's sliep, kijk ik met een warm en nostalgisch gevoel terug naar de vakanties met mijn ouders en zus. En nog steeds krijg ik, wanneer ik op de radio liedjes als 'I am the music man' of 'Hands up, baby, hands up...' hoor, bijna de tranen in mijn ogen, want dan ben ik plots weer vijf en bij Maika in de minidisco aan het dansen. In een lang vervlogen zomer van on-eindige vrijheid, die ik als kind zo sterk kon voelen.

Mallorca 1997



Mijn zus (achterin) en ik (voorin)



## Cynthia Braeckmans — ergotherapeut DVC

Ik had de opdracht gekregen om een verhaal te schrijven voor deze editie. Ik vind dit persoonlijk geen gemakkelijke opdracht. Eerst wou ik een verhaal schrijven over geesten oproepen op kamp. Maar toch vind ik dit een beetje angstaanjagend, dus heb ik besloten een ander kampverhaal met jullie te delen. Of het verhaal nu waar is of niet laat ik nog even aan jullie over. Veel leesplezier.



### Rampenkamp

Ik vermoed het jaar 2003. In juli gingen we altijd op kamp. Ik was toen mijn eerste jaar keti. Het is ook het eerste jaar dat ik op voorkamp ging. Voor de mensen die dit niet kennen. Met het voorkamp vertrekt de oudste afdeling (bij ons waren de keti's en aspi's 1 groep) 3 dagen op voorhand. Ze stappen of fietsen naar de kampplaats en komen de 21<sup>ste</sup> aan om het kamp mee op te bouwen.

Ik had pas nieuwe wandelschoenen hiervoor gekregen. Kan je het al raden, wat er gebeurde toen ik met deze nieuwe schoenen kilometers ging wandelen? Ik kweekte de ene blaar na de andere. Tegen dat we aan de kampplaats aankwamen, had ik wel minimum 23 blaren. Er waren zelf enkele bloedblaren bij. Ik was toen super blij, dat ik op de kampplaats aankwam. Ik kreeg een voetbadje, kreeg verschillende compeed plakkers aangeplakt en had open schoenen uit mijn koffer gehaald. Ik dacht toen wat een begin.

Maar ja dat was niet al. We roken direct een aardige geur, als we eenmaal buiten waren. Op het veld hadden net nog koeien gestaan. Ze waren naar een ander veld verplaatst, voor onze huurperiode. Dus het veld lag vol met koeienvlaaien. Iedereen heeft echt zijn best gedaan, om deze koeienvlaaien te ontlopen de 10 dagen kamp, maar natuurlijk gebeurde het tijdens een spel dat er iemand recht in een koeienvlaai terechtkwam. Waar we met zijn allen dan goed mee konden lachen.

Dat jaar hadden we als het ware ook een luizenplaag. We moesten allemaal ons haar wassen met azijn en koud water. Dit om kosten te besparen. De azijngeur zullen we met zijn allen ook niet vergeten.

Een ander voorval dat we hebben gehad is een brand in de tent. Boven onze gasbrander. Door het hevige regenweer, had er waarschijnlijk een kortsluiting plaatsgevonden met de elektriciteitsdraden. Mijn leidster kwam al lachend de tent uitgelopen. Maar eind goed al goed. De brand heeft geen echte schade aangericht en we hebben daarna nieuwe campingverlichting aangeschaft. Ook heel veel werk bespaard tijdens de opbouw en afbraak van een kamp. 😊

Ik kan nog wel een aantal zaken toevoegen waarom ons kamp toen het rampenkamp werd genoemd.

Een goede vriendin van mij heeft haar been verbrand met een activiteit. Ze heeft nu nog altijd de littekens over gans haar been.

Tijdens een nachtspel heeft iemand van de keuken over de voet gereden van een medelid van mijn afdeling. Deze heeft vanaf dag 2 met een gips rondgelopen.

Het ergste van al moet ik nog vertellen. We zijn op een nachtdropping aangereden door een dronken chauffeur. Dit is een ervaring die ik ook nooit zal vergeten. Al een geluk dat hij gestopt is. Maar toch vond ik het toen niet kunnen. Als tiener geeft dit weer een hele andere kijk op de wereld.

Nu is het aan jullie of jullie mijn rampen-kampverhaal geloven of niet. Volgende maand zal je er achter komen.



.....

Is dit verhaal echt gebeurd of niet? Dat kan je lezen in de apropos van de volgende maand

.....

Was het verhaal van vorige maand waar?

.....

Op de kamer van een van onze bewoners viel mijn oog op de kader die er omhoog hangt, een kader met een paard.

Mijn fantasie begon te werken en zo ontstond er een mooi verhaal over de ritten naar school uit mijn kindertijd met paard en kar.

**Dus ... mijn verhaal was (spijtig genoeg) niet waar!**



## Samen ontbijten met medewerkers softwarebedrijf





## En daarna.....Speeddaten!



## telefoonnummers

Ter informatie geven we jullie nog eens de nummers waarop de verschillende afdelingen rechtstreeks kunnen bereikt worden:

|                    |                                                                      |              |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------|
| ✦ Niveau 1         | <a href="mailto:vpla1@zbrivierenland.be">vpla1@zbrivierenland.be</a> | 015 44 82 71 |
| ✦ Niveau 2         | <a href="mailto:vpla2@zbrivierenland.be">vpla2@zbrivierenland.be</a> | 015 44 82 72 |
| ✦ Nieuwenhuysse    | <a href="mailto:vpla2@zbrivierenland.be">vpla2@zbrivierenland.be</a> | 015 44 88 37 |
| ✦ Afdeling A3-4    | <a href="mailto:vpla3@zbrivierenland.be">vpla3@zbrivierenland.be</a> | 015 44 82 73 |
| ✦ Afdeling A5-6    | <a href="mailto:vpla5@zbrivierenland.be">vpla5@zbrivierenland.be</a> | 015 44 82 74 |
| ✦ Afdeling C3-6    | <a href="mailto:vplc5@zbrivierenland.be">vplc5@zbrivierenland.be</a> | 015 44 82 75 |
| ✦ Maneblusserswijk | <a href="mailto:vpld2@zbrivierenland.be">vpld2@zbrivierenland.be</a> | 015 44 82 70 |

© **Verantwoordelijke uitgever:**

Ria Martens  
 directeur woonzorgcentrum Hof van Egmont  
 H. Speecqvest 5  
 2800 Mechelen  
 e-mail: [ria.martens@zbrivierenland.be](mailto:ria.martens@zbrivierenland.be)  
 website: [www.hofvanegmont.be](http://www.hofvanegmont.be)  
 Tel.: 015/41.29.44  
 Fax: 015/41.03.32



Het wordt vandaag een prachtige dag dus...  
laten we samen  
nieuwe herinneringen maken!

Bezoek onze online apotheek PharmaMarket!

**Antverpia**  
apotheken sinds 1959



Antverpia Mechelen ■ H. Consciencestraat 34, 2800 Mechelen

WIJ WILLEN  
ENKEL HET  
BESTE VOOR U ...



**sodexo**  
QUALITY OF LIFE SERVICES



**Honeywell**  
Building Solutions België

Implementatie van geïntegreerde  
oplossingen voor de optimalisering van  
het beheren van gebouwen.

Tel 02 728 2828  
Email: [info\\_hbs.be@honeywell.com](mailto:info_hbs.be@honeywell.com)