

JULI - AUGUSTUS 2023

VITAMIEN TJE



WAT VIND JE IN DIT KRANTJE

Inhoud

PROGRAMMA.....	3
WELKOM AAN DE NIEUWE BEWONERS.....	4
POEZIEHOEKJE	5
VERJAARDAGEN	7
DE TIJD VAN TOEN (en nu).....	9
TIPS VAN OMA... ..	13
GOUDEN TIP UIT HET WZC	15
VOORBIJE ACTIVITEITEN	21
NIEUWS UIT HET PARADIJS	26
DE DEMENTIEBOETIEK	29
NIEUWS UIT LIER	32
BEWONER IN DE KIJKER.....	34
NIEUWS UIT DE PASSAGE	36
WEETJES OVER... WESPEN	45
DIERTJES VAN 'T PARADIJS	48
WE NAMEN AFSCHIED VAN	50
QUIZ.....	51
MOPPENTROMMEL.....	52

PROGRAMMA

JULI

- 3/7 Kindernamiddag
4/7 IJskar: de Kaai – 't Vlietje – 't Pleintje – DVC – Cafeteria
5/7 IJskar: den Dijk – den Oever – 't Steegje – Cafeteria

AUGUSTUS

- 10/8 Optreden moederdag
16/8 Mis Viering
24/8 Zapatta (schoenen)
30/8 10 jaar DVC



WELKOM AAN DE NIEUWE BEWONERS

Rachelle Rodyns	K226
Finne Dirickx	K304
Bob Geraerts	K340
Mimi Volkaerts	K327
Anny De Backer	K308
Willy Van den Beemd	K352
Fons Gommers	K142
Gust Op de Beeck	K347
Mariette Gysemans	K117
Irma Embrechts	K133
Mariette Gysemans	K117
Jose Wuyts	K119
Jef Staetenburg	K307
Lizette Vercammen	K234



POEZIEHOEKJE

“Schijn”

Als de zon schijnt is alles fijner
Al je problemen zijn er nog wel
Maar ze lijken zo veel kleiner
En je vergeet ze lekker snel
Want het is warm en je zit op de fiets
Op weg naar het park of het terras
En het doet je allemaal niets
Alsof alles altijd al zo was
De zon doet je veel dingen vergeten
Maar ook aan de dagen herinneren
Die je bier drinkend hebt versleten
In de zon met je beste vriendinnen
Want dat doe je als de zon schijnt
Je rolt je broekspijpen op en gaat naar buiten
En blijft daar tot de zon weer verdwijnt
Dan rol je je broek weer over je kuiten
En dan fiets je terug naar huis
Je voelt je rozig en een beetje beschonken
En je vraagt je af, eenmaal thuis
Was het de zon of heb je echt te veel gedronken?

Maud Wiemeijer

Zomer

het korenbloemblauw en het klapproosrood
versieren de berm van de weg

de zomerzon zorgt voor glans op het gras
een vlinder strijkt neer in een heg

een badderend meesje in een fontein
hoe mooi kan een zomerdag zijn

VERJAARDAGEN

JULI

1/07	Frans Fioole	DVC
1/07	Jeanine Voet	K222
2/07	Wieza Vernelen	K244
3/07	Liliane Geysen	44C
3/07	Marcel Vankeirsbilck	44I
4/07	Irma Claes	K247
8/07	Mariette Van Herck	K301
8/07	Julia Vermeylen	K216
9/07	Andre Schafraet	K130
10/07	Denyse Bellens	K338
11/07	Maria Palinckx	K258
11/07	Jeanne Konings	K321
12/07	Georgette Rits	K135
13/07	Roger Van Craen	K312
13/07	Rosa Mertens	K129
14/07	Simonne Van Echelpoel	K144
19/07	Lissy Roelans	K231
20/07	Frank Leyers	DVC
24/07	Emilienne Jacobs	K243
24/07	Ronny Gheuens	K326
26/07	Betty Vercammen	DVC
26/07	Willy Van den Beemd	K352
28/07	Herbert Lens	DVC
28/07	Maria Francken	K316
29/07	Francois Van Hoitvinck	K220
30/07	Bob Geraerts	K340
30/07	Jacqueline Dierickx	K120
30/07	Bertha Van Houtven	K152



AUGUSTUS

1/08	Linda Van Damme	DVC
7/08	Nina Audenaert	44G
8/08	Wiske Baeten	44B
10/08	Jan Suetens	K309
10/08	Rosa Goos	K354
11/08	Jeanne Van Hoof	K102
14/08	Frieda Van Oosterwyck	44H
15/08	Suzanne De Haes	K141
16/08	Frank Sels	K219
20/08	Francois Somers	44A
21/08	Elza Van Loey	K113
23/08	Lothar Verbist	DVC
23/08	Jeanine Verstrael	K123
29/08	Anny De Backer	K308
31/08	Jose Wuyts	DVC



DE TIJD VAN TOEN (en nu)...

Hoe is de zomervakantie ontstaan?

De zomervakantie (de grote vakantie) bestaat sinds het begin van de negentiende eeuw. De vakantie is onder andere ontstaan door de hitte en de wens voor meer vrije tijd. Veel mensen vonden een lange vakantie een goede oplossing om kinderen en leraren tijd te geven om uit te rusten van het schooljaar.

Helpen met oogsten:

Vroeger dachten veel mensen dat de zomervakantie is ontstaan, omdat veel kinderen bij hun ouders op de boerderij moesten werken in de zomermaanden. In 2014 hebben wetenschappers ontdekt dat dit niet waar is. Niet in de maanden juni en juli moesten kinderen helpen bij het zaaien en oogsten, maar juist in het voorjaar en het najaar.

Meer vrije tijd:

Vroeger werkten mensen (ook kinderen!) soms wel 75 uur per week, verdeeld over zes dagen. Alleen de zondag was een rustdag. Sinds 1919 is bepaald in de Arbeidswet dat een werkdag maximaal 8 uur mag duren. Toch wilden steeds meer mensen nog meer vrije tijd. Pas sinds 1960 hoeven mensen in Nederland en België niet meer zes dagen te werken, maar is ook zaterdag een weekenddag.



Mensen aan het kamperen in 1972

Hitte:

Door de hitte was het op veel plekken de wereld helemaal niet leuk om naar school te gaan. Vooral in de steden werd het erg warm in de klaslokalen en bleven kinderen daarom soms zelfs thuis. Door een vakantie in te voeren, hoopten ze dit probleem op te lossen.



in

Lange vakanties:

In Nederland hebben kinderen zes weken zomervakantie, maar in veel landen hebben kinderen nog langer vakantie. In bijvoorbeeld de Verenigde Staten, Egypte en Griekenland hebben kinderen drie maanden vakantie in de zomer. Dat komt onder andere omdat het daar heel heet kan worden.

In België, zowel in Vlaanderen als Wallonië, hebben kinderen een lange tijd 2 maanden vakantie gehad maar sinds dit schooljaar is er een verschil tussen Vlaanderen en Wallonië!

In Vlaanderen hebben kinderen nog steeds 2 maanden schoolvakantie. In Wallonië (Franstalig België) is het sinds dit schooljaar veranderd. Er wordt voorzien in een inkorting van de zomervakantie en in ruil daarvoor wordt er telkens een week toegevoegd aan de herfst- en krokusvakantie. Het schooljaar wordt op die manier heringedeeld in blokken van telkens zeven weken les afgewisseld met twee weken vakantie. Deze nieuwe regeling heeft betrekking op de scholen in Wallonië en de Franstalige scholen in Brussel.

In Vlaanderen en de Duitstalige gemeenschap daarentegen wordt de huidige vakantieregeling behouden.

Enkele voordelen van een lange zomervakantie voor kinderen:

- Er lange tijd tussenuit zijn, geeft kinderen de kans om de batterijen weer op te laden.
- Lange en vaste vakanties geven ons een soort ritme, een voorspelbaarheid die door velen als heel prettig wordt ervaren
- Als de vakantie lang duurt (2 maanden lang), kan iedere werknemer om beurt zijn/haar verlof opnemen terwijl ook de kinderen vakantie hebben. Als die periode korter zou worden, is het moeilijker om iedereen in die kortere tijd zijn/haar verlof te geven waar men recht op heeft.
- Het is fijner om vakantie te hebben in juli en augustus omdat het dan meestal mooi weer is. Extra vakantiedagen gedurende een andere periode van het jaar spreken mensen minder aan omdat er meer kans is op slecht weer

Enkele nadelen van een lange zomervakantie voor kinderen:

- 'Summer learning loss': Amerikaans onderzoek laat zien dat het leervermogen van scholieren met een maand achteruit gaat tijdens de zomerperiode.

Het komt omdat hun brein niet meer uitgedaagd wordt om nieuwe synapsen (verbindingen) aan te maken en dan zwakt het dus af. Het is net als een spier, als je die niet traint, verslapt hij. *(er zijn manieren om dit te voorkomen zoals lezen, deelnemen aan kampen, op reis gaan, musea bezoeken,...)*

- Door de vaste tijden zijn de prijzen voor vakanties (reizen, accommodaties, enz.) extreem hoog in het daardoor ontstane hoogseizoen.

- Daarnaast zijn er, buiten de vakanties om, de lange files op de wegen en de daardoor verloren tijd en ingeademde vervuilende stoffen.
- Er zijn ouders die over een heel jaar maar 25 vakantiedagen hebben en in de vakanties moeten ze zich dan in allerlei bochten wringen om opvang te vinden. Kinderen nemen daarom vaak deel aan soms dure kampen.

Er zijn dus zowel voor- als nadelen aan lange zomervakanties verbonden, al naargelang je persoonlijke situatie.



TIPS VAN OMA...

Vanwege de hitte en het zomerse weer, hebben wij 4 tips voor de zomer op een rijtje gezet voor jou.

1. Een mooie bruine huid

Wil jij een mooi kleurtje krijgen deze zomer? Dan kan je 2 à 3



wortelen eten per dag. Als je hier in de lente al mee begint en dit volhoudt in de zomer, krijg je een meer egale, gezonde bruine kleur. Een andere goede tip: bewegen in de zon zorgt tevens voor een mooi egaal kleurtje.

Ben je geen fan van wortels? Onthaar en scrub je lichaam dan voor het zonnen. Tijdens het zonnen moet jij je regelmatig insmeren tegen de scherpe zon, zeker als je tussen 13:00 en 16:00 in de zon ligt: de zon is dan op z'n heetst. Bovendien is het verstandig om regelmatig water te drinken: blijven hydrateren!

2. Weg met die warmte uitslag

Met het warme weer krijgen veel mensen last van warmte uitslag. Warmte uitslag verschijnt voornamelijk in de huidplooien, vooral op de plekken waar er wrijving is met kleding. Als jij last hebt van warmte uitslag, kan je met koelpacks de plekken zodanig afkoelen dat de huid minder geïrriteerd is.

Daarnaast zijn er nog andere manieren om van de warmte uitslag af te komen. Oma weet wel raad! Een truckje dat bij veel mensen werkt: yoghurt op de plekken smeren. Het klinkt wat gek, maar het werkt als een wondermiddelje. Uiteraard bestaan er nog andere crèmepjes die je kan smeren, maar een pak yoghurt is vaak goedkoper en werkt net zo goed.

3. Heerlijk even afkoelen

Als de temperatuur oploopt wordt het lichaam ook altijd erg warm.

Als je geen airco thuis hebt, kan het moeilijk zijn om eventjes goed af te koelen. Heb je wel een ventilator in huis? Zet dan een bak ijs of een fles ijs voor de ventilator. De ventilator blaast dan de koude die afkomt van het ijs naar jou toe. Heerlijke koele wind is het resultaat.



Een andere goede tip: eet fruit. Tijdens het zweten verlies je niet alleen vocht, je verliest ook veel noodzakelijk zouten. Er bestaan veel fruitsoorten die dat tekort kunnen aanvullen. Denk aan watermeloen, appels, banaan, mango, aardbeien en blauwe bessen. Als dit uit de koelkast komt, is het helemaal een lekkere verfrisser. Geen fruiteter? Leg dan een nat, koud washandje in je nek om af te koelen.

4. Rustig blijven en de warmte accepteren

Makkelijker gezegd dan gedaan: het beste remedie tegen de hitte is om rustig te blijven en de warmte accepteren. Maak je niet druk en doe zo veel mogelijk rustig aan. Het is helemaal niet goed voor je lichaam om zichzelf onnodig uit te putten.

Je kan er ook voor kiezen om je ritme aan te passen aan de hitte. Doe bijvoorbeeld overdag een dutje als het erg warm is en blijf 's avonds als het afkoelt wat langer wakker. Als je werkt, gaat dit helaas niet altijd op. Indien je al met pensioen bent, kan je dit gemakkelijk toepassen op jouw leven. Tropische tijden vragen om een tropisch rooster.



GOUDEN TIP UIT HET WZC

Algemene tips

5 tips om het hoofd koel te houden

Ouderen hebben vaak minder dorst waardoor ze minder drinken. Daarnaast transpireren ouderen ook minder dan jonge mensen. Dit kan niet alleen oververhitting, maar ook uitdroging tot gevolg hebben. Wij zetten daarom 5 tips voor ouderen op een rijtje om warm weer in de zomer beter te kunnen verdragen.

Tips voor ouderen om de hitte beter te verdragen:

1. Drink voldoende

Voldoende drinken is heel belangrijk. Per dag heeft het lichaam minimaal 1,5 tot 2 liter vocht nodig. Voor de afwisseling kun je natuurlijk ook kiezen voor een kopje thee, bouillon, vruchtensap of een waterijsje. Zorg er daarnaast ook voor dat je voldoende eet en zout binnen krijgt.



2. Doe rustig aan

Probeer om zo rustig mogelijk aan te doen bij hoge buitentemperaturen. De zon is het heetst tussen 12.00 en 16.00 uur, blijf dan lekker binnen als je de deur niet uit hoeft en onderneem zo min mogelijk.

3. Draag luchtige kleding

Ook het dragen van luchtige kleding kan zorgen voor verkoeling. Kies daarom voor kleding die is gemaakt van katoen of linnen en draag een zonnebril en hoed wanneer je naar buiten gaat.



4. Zorg voor een koel huis/koele kamer



In huis kunnen de temperaturen soms flink oplopen. Om er toch voor te zorgen dat het binnen lekker koel is, kun je verschillende maatregelen nemen. Houd overdag bijvoorbeeld de ramen en gordijnen dicht en zet de ramen 's nachts open. Ook een ventilator, airconditioning en zonwering kunnen zorgen voor een koel huis.

5. Afkoelen maar!

Toe aan een moment van verkoeling? Neem dan een lauwe douche of bad, leg een natte handdoek of washandje op het hoofd of maak met een teil een voetenbadje. Heb je een vermoeden van oververhitting of uitdroging of zijn er andere klachten? Raadpleeg dan een huisarts voor advies.



Als er een uitstap of wandeling gepland is, samen met de afdeling of op dinsdag met de Rimpelstappers, wordt deze mogelijk afgelast door de hitte. Ook zou het kunnen dat de wandeling in de voormiddag doorgaat i.p.v. de namiddag omdat het dan nog een beetje frisser is buiten. Indien er een wijziging is van het programma wordt dit zeker doorgegeven aan de bewoners en begeleiders.

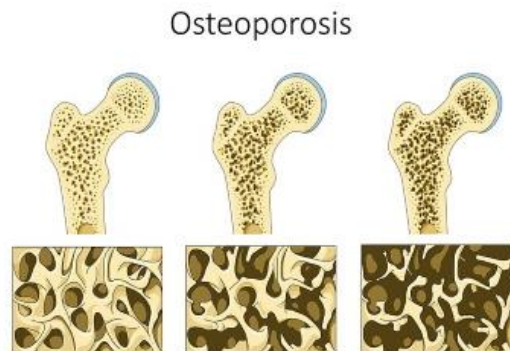
Beweegtips

Wist je dat beweging de **botaanmaak** stimuleert?

Botaanmaak neemt toe tot aan de leeftijd van 25 jaar. Daarna zal de botmassa dalen naarmate we ouder worden. Bij vrouwen zal dit na de overgang nog meer afnemen o.w.v. hormonale veranderingen. Hierdoor loopt een vrouw ook meer risico op het ontstaan van osteoporose (= ontstaat door een verstoord evenwicht tussen botaanmaak en botopbouw. De botten worden brozer).

Maar, geen nood! U kan zelf actie ondernemen om dit proces tegen te gaan, namelijk door te bewegen. In ons skelet wordt steeds nieuw bot aangemaakt en verouderd botweefsel afgebroken. Beweging stimuleert het lichaam om meer botweefsel aan te maken. Minimaal een half uur bewegen gedurende

de dag is heel belangrijk. Beweging waarbij uw lichaam met zijn eigen gewicht wordt belast, heeft het grootste effect. Denk maar aan wandelen, traplopen, tuinieren, oefeningen,... Het is beter om meerdere keren per dag kort te bewegen dan één keer heel lang. Als je een wandeling gaat maken, kan je deze beter buiten maken. Wanneer er zonlicht op uw huid komt, zelfs als het bewolkt is, wordt er vitamine D aangemaakt. Dit vitamine zorgt ervoor dat calcium dat in uw lichaam terecht komt via eten en drinken, beter wordt opgenomen. Calcium is een belangrijke bouwsteen van de botten. Dit kan je vinden in zuivelproducten zoals melk, kaas en yoghurt. Bewegen zorgt op zijn beurt ook voor sterkere spieren wat de botten mee ondersteunt en de kans op fractures vermindert.





Heb je toch schrik om een heupfractuur op te lopen met als gevolg dat je minder gaat bewegen? Ook daarvoor bestaat er een oplossing om jou meer zekerheid te geven. Je kan jezelf valbroeken aanschaffen die je over je ondergoed kan dragen met aan beide kanten schelpen om je heupgewricht te beschermen bij een eventuele val. Deze kan je aankopen via de kinesisten.

Tijd om de spieren en de botten weer wat sterker te maken met een paar oefeningen:

1. Maak 10 rondjes naar buiten toe met een gestrekt been. Wissel daarna van been
2. Hou de benen samen gestrekt in de lucht. Beweeg terwijl de enkels op en neer door de tenen naar u toe en van u weg te bewegen. Herhaal deze beweging 10x.
3. Hef de knie omhoog, tik daarna opnieuw de grond met de voet en maak daarna een kniestrekking door het been in de lucht te bewegen. Herhaal deze combinatie 10x met elk been.

Zo onze benen zijn weer wat sterker. Goed gedaan!

Voeding tips

Melkdranken bij koffietoer

Sinds 1 juni worden bij de koffietoer extra melkdranken aangeboden in heel het WZC. Dit na een succesvolle testperiode op afdeling de kaai.

Volgende producten worden hierbij aangeboden:

- Volle melk
- Karnemelk (= standaard ongezoet)
- Chocomelk, ook suikerarme chocomelk
- Aardbeiendrink
- Bananendrink (= op basis van soya, dus lactosevrij).
- Vanilledrink (= op basis van soya, dus lactosevrij)



De onderste twee producten zijn bedoeld voor de niet-melkliefhebbers. De smaak van soyaproducten proeft niet hetzelfde als hun klassieke melkvariant. Zeker het proberen waard. Daarbij zijn de soyaproducten lactosevrij en vaak lichter verteerbaar.



Ook om een andere reden kozen we voor soyaproducten. Deze producten zijn van plantaardige oorsprong. Plantaardige voeding is duurzamer dan hun dierlijke variant. Hiermee dragen we ons steentje bij tot een goede zorg voor onze planeet.

De gezondheidsvoordelen van deze producten?

Melk en melkproducten zijn een goede bron van eiwitten, calcium, vitamine D, kalium, fosfor, vitamine B2 en B12. Al deze stoffen hebben gezondheidsvoordelen. Deze dragen bij tot de inname

van de aanbevolen hoeveelheid, waarvan bij veel van de Belgische bevolking vandaag nog tekorten worden vastgesteld. Ten gevolge van veroudering hebben mensen meer kans op het ontwikkelen van osteoporose. Daarnaast treedt er ook een verlies aan spiermassa op alsook een afname van spierkracht. Daardoor neemt het risico op valincidenten toe. Binnen het WZC willen we aan valpreventie doen met behulp van voeding. De richtlijnen ter preventie van osteoporose, verlies aan spiermassa en -kracht liggen in dezelfde lijn:

- In de voeding dienen voldoende kwaliteitseiwitten aangebracht worden. Kwaliteitseiwitten zijn eiwitten van dierlijke oorsprong zoals in de aangeboden melkproducten of soyaproducten.

- Voldoende vitamine D en calcium binnenkrijgen. Deze proberen we te verhogen via melk- en melkproducten.



- Gezond eten en voldoende energie innemen. De aangeboden melkproducten kunnen de energie-inname gemakkelijk verhogen. Zeker wanneer men een verminderde eetlust heeft.



- Zoveel mogelijk fysiek actief blijven.

Hebben jullie verder nog vragen? Neem contact op met de diëtist.

VOORBIJE ACTIVITEITEN

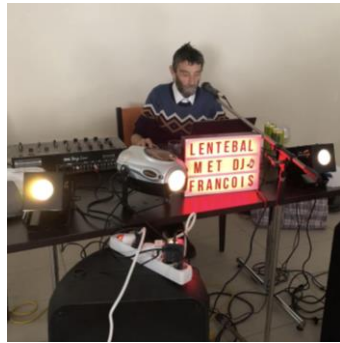
Bocciatornooi



Leerlingen SAL



Lentebal



Familieontbijt



Muziekvoormiddag



Eindevenement boek + koor



Markt



Uitstappen



NIEUWS UIT HET PARADIJS

KINDERNAMIDDAG

maandag, 3 juli

Om 13.30u

**Met leuke kermispelen,
springkasteel, grimme en
veel meer...**



**Voor kinderen, klein- en
achterkleinkinderen van
bewoners en personeel**

WARMTEACTIEPLAN

Het warmteactieplan treedt in werking als in de publiek toegankelijke ruimtes of in de kamers van de bewoners de **temperatuur hoger of gelijk aan 29°C is**.

Indien de temperatuur boven de 27°C stijgt, moet een verschil met de buitentemperatuur van maximum van 5°C worden nagestreefd.

Volgende maatregelen dienen dan uitgevoerd te worden door het verzorgend personeel:

Betreffende bewoners:

1. Het is belangrijk vooraf een goed zicht te hebben op de algemene gezondheidstoestand van de bewoner (gewicht, bloeddruk)
2. Regelmatig contact houden met de behandelende arts.
3. Bewoners minstens 1.5l/dag laten drinken . De bewoners zijn in 2 groepen in te delen: zij die zelfstandig kunnen drinken (toezicht volstaat) en zij die niet zelfstandig kunnen drinken (hulp bieden bij het drinken)
4. Bewoners luchtige kledij (laten) aandoen
5. Extra drankenrondes organiseren
6. Maximaal gekoeld water voorzien
7. Koffie en thee beperken, vervangen door gekoelde dranken waar mogelijk
8. Menu aanpassen: extra aanbod van groenten en fruit. Als dessert eventueel ijs of fruit.
9. Alertheid van bewoners observeren . Bij verminderde alertheid , indien nodig, arts verwittigen
10. Geen buitenactiviteiten organiseren. Indien er toch bewoners buiten gaan, zorgen dat ze in de schaduw zitten;
11. Bewoners extra opfrissen bv: voetbadje of vochtige doeken
12. Men kan iedereen opvangen in de eetzaal en zorgen voor voldoende ventilatie, evt. met mobiele airco. Er kan een verfrissende versnapering worden aangeboden
13. Bewoners stimuleren om voor (korte) tijd te verkoelen in de afdelingsruimte met airco.
14. Bewoners van het dagcentrum kunnen opgevangen worden in de polyvalente zaal.

Optreden van gezondheidsproblemen door aanhoudende warmte

	Symptomen	Behandeling
<p>Hittekrampen: Spierkrampen, vooral in buik armen en benen, die plotseling opkomen bij overvloedig zweten tijdens fysieke inspanning.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - mentale toestand: normaal - lichaamstemp.: 37-39°C - overvloedig zweten (Na⁺- verlies) - spierkramp 	<ul style="list-style-type: none"> - veel drinken (water, eventueel met rehydratiezouten) - rust, elke inspanning stoppen - druk op en masseer de verkrampde spier
<p>Hitte-uitputting: Uitputting ten gevolge van hitte treedt op na meerdere warme dagen. Door hevige transpiratie verliest het lichaam veel vocht en zouten. Als uitputting niet behandeld wordt kan deze leiden tot hittedslag.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - mentale toestand: normaal - lichaamstemp.: <40°C - tachycardie of hartkloppingen (Na⁺- en H₂O-verlies) - zwakte, moeheid, duizeligheid, hoofdpijn, slaperigheid, misselijkheid, braken, flauwvallen 	<ul style="list-style-type: none"> - rust in liggende positie in een koele ruimte (airco) - afkoelen, leg vochtige doeken op de huid (uitkleden) - drinken, water en rehydratiezouten - verwittig indien nodig een arts
<p>Hittedslag: Blootstelling aan hitte gedurende langere periode kan bij gebrek aan thermische regulatie ernstige complicaties met zich meebrengen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - mentale toestand: verwardheid tot delirium en coma. - lichaamstemp.: <40°C - meestal niet zweten - warme, droge en rode huid - zeer snelle hartslag met bewustzijnsverlies en shocktoestand tot gevolg - oligurische acute nierinsufficiëntie (spierafbraak) - geelzucht na 24u - gedissemineerde intravasculaire stollingsstoornissen (DIC) <p>Hittedslag is een medisch noodgeval, welke de dood tot gevolg kan hebben.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - dringende behandeling kan levensreddend zijn, bel arts, bij levensgevaar, bel 100-112 - uitkleden ter afkoeling - breng persoon naar koele ruimte, afkoelen door verdamping: lichaam natmaken met koud water en lucht blazen. Ventileer met ventilator of airco.
<p>Ozonpiek: Hogere ozonconcentratie in de lucht kan complicaties geven</p>	<ul style="list-style-type: none"> - kortademigheid of abnormaal ademen - oogirritatie - hoofdpijn - keelpijn 	<ul style="list-style-type: none"> - stop iedere inspanning - blij binnen (binnen is de ozonconcentratie de helft lager dan in open lucht)

DE DEMENTIEBOETIEK



Samen Mens



Het project 'Samen Mens' is officieel afgelopen. Het expertisecentrum Orion ism PGN hebben ons bijna 2 jaar ondersteund om persoonsgerichte zorg voor mensen met dementie uit te diepen en een werking hierrond op te zetten. Dit wil zeggen dat we gepaste zorg voor iedere bewoner met dementie willen. En ruimer, voor iedere bewoner van ons woon-zorgcentrum.

Onze pilootafdeling was de Kaai. Hierrond werden onze projecten opgebouwd en geïmplementeerd. Er werd een kernteam samengesteld van zowel professionele zorgverleners als mantelzorgers en vrijwilligers. Zij werkten de projecten uit die op de Kaai geïmplementeerd werden.

Dit zijn de projecten waar we aan gewerkt hebben

- Warm onthaal van onze nieuwe bewoners
- Nabijheid, intimiteit en seksualiteit in ons woon-zorgcentrum
- De inkomdeur van afdeling de Kaai dementievriendelijker maken
- Introduceren van 'fingerfood'

Warm onthaal

Dit was het meest uitgebreide stuk van alle projecten. Hieronder de zaken die we uitgewerkt hebben.

- Videofilm over het leven op de Kaai. Deze staat nu op de website van het Paradijs
- Infobrochure over de werking van de Kaai. Waar staat de Kaai voor? Wat mag men verwachten?
- De levensreis. Dit is een vragenlijst die dient om de nieuwe bewoner beter te leren kennen zodat we sneller en beter gepaste zorg kunnen geven.
- Het draaiboek. Dit is voor het personeel bedoeld. Het is een formulier waarop staat wie, wat, waar en wanneer moet doen.

Nabijheid, intimiteit en seksualiteit

Dit is een gevoelig thema waar we niet gemakkelijk over praten. Toch is het essentieel voor iedereen. Ook voor ouderen en mensen met dementie. We hebben hierover vorming genoten en gaan met de opgedane kennis aan de slag.

Inkomdeur van de Kaai dementievriendelijker maken

De inkomdeur van de Kaai is gesloten. Dit maakt sommige bewoners onrustig, geeft hen en de mantelzorgers een beklemmend gevoel. Daarom willen we de deur en bij uitbreiding de inkomhal herinrichten. We willen een gepaste bestickering die de deur minder zichtbaar maakt en meer doet opgaan in de leefruimte. Hiervoor werd een firma aangetrokken.

Fingerfood

Fingerfood is voeding die je met je handen/vingers kan eten. Het geeft mensen met dementie die nog moeilijk met mes en vork kunnen



eten de kans om zelfstandig te eten. Ook mensen met slikproblemen of mensen met een halfzijdige verlamming zijn hiermee geholpen. Het is een volwaardige voeding. Het blijft steeds zoeken naar verbetering maar we zijn op de goede weg.

Als kers op de taart was er het slotevent op 28 maart 2023 in Brussel. Alle organisaties die deelgenomen hebben werden ontvangen in de gebouwen van de Vlaamse gemeenschap. Iedere organisatie mocht daar zijn project naar voorbrengen. Zo ook ons WZC Het Paradijs. Het was een fijne, leerrijke dag. Een hele belevenis!

Volgende stap

We gaan al onze opgedane kennis en ervaring toepassen op alle andere afdelingen zodat op termijn in heel het woonzorgcentrum aan persoonsgerichte zorg verleend wordt.

De eerste afdeling is den Dijk. Op de dienstvergadering werd alles nog eens toegelicht aan het team. Volgende stap is een 'implementatieteam' samen te stellen en de krijtlijnen uit te zetten.

Opnieuw een stap verder in goede dementiezorg!



NIEUWS UIT LIER

Mariale Kinderprocessie trekt door Begijnhof

Lier, 11 juni 2023: Onder een stralende zon trok, traditie getrouw, de Mariale Kinderprocessie op de eerste zondag na Sacramentsdag door het Begijnhof en omliggende straten. In een kinderprocessie is het de bedoeling dat er zoveel mogelijk kinderen in figureren.

Na de misviering in de Sint-Margarethakerk ging de processie door de meeste straten van het Begijnhof, de stadsvesten, de Begijnhofstraat, het Zimmerplein, de Schapenkoppenstraat en zo terug naar het Begijnhof. Dit jaar was de processie samengesteld uit vierentwintig taferelen.



Stadsharmonie Leo XIII opende de processie gevolgd door de Lierse Keerstes. Kinderen figureerden als strooierkes, Bernadetjes, engeltjes, ridders en sleepdragers van Sint Gummarus. Diverse processievlaggen en Maria beelden werden megedragen. De processie werd afgesloten door biddende begijnen, het Gregoriaans koor en de priester onder baldakijn met het heilig sacrament.

Na de processie werd aan de deelnemers een receptie aangeboden in de hof van d'Amandelboon.

De kinderen die deelnamen aan de processie kregen na de optocht een drankje en een snoepje aangeboden. Ze mochten gratis een boottochtje maken met de Koninklijke Moedige Bootvissers.

Afnemende belangstelling

Daar waar het de bedoeling is dat er zoveel mogelijk kinderen meegaan in deze processie was de belangstelling miniem. “Vroeger werden de kinderen aangemoedigd door de school om mee op te stappen. Ook eerste en plechtige communicanten werden uitgenodigd. Tegenwoordig staat de agenda van de ouders en van de kinderen zo vol dat



de belangstelling voor deze activiteit afneemt”, zegt medeorganisator Monique Quaeyhaegens.

Ook de publieksbelangstelling in de straten was aan de magere kant. Misschien had het vrij warme weer hier iets mee te maken.

Ontstaan

Deze processie is ontstaan door het versmelten van twee traditionele processies die in onbruik geraakt waren. Bij de heropstart van Lier-kermis in 1977 ontstond zo de nieuwe Mariale Begijnhof-Kinderprocessie.



Haring eten

Bij de Koninklijke Moedige Bootvissers kon je genieten van een Liers volksspecialiteit: een gebakken haring met ajuinsaus. De haring was heel lekker want in een minimum van tijd was alles uitverkocht.

BEWONER IN DE KIJKER

Anatole Verlaeckt



Anatole is geboren in 1930 in Mortsel. Hij was het tweede kind van een gezin van vier kinderen. 3 meisjes en 1 jongen.

Anatole kende geen gemakkelijke jeugd. Zijn moeder is helaas overleden toen hij 4 jaar was. 4 kinderen opvoeden was geen gemakkelijke opdracht voor zijn vader en grootmoeder.

Uit noodzaak is Anatole samen met zijn 3 zussen een tijdje moeten verhuizen naar een weeshuis in Wijnegem. Hier werden ze opgevoed door zeer strenge nonnen. Hij had ook maar 1 keer in de maand contact met zijn vader en zijn zussen, aangezien jongens en meisjes apart zaten.

Na 2,5 jaar in het weeshuis is zijn vader terug hertrouwd met een 10 jaar oudere dame en gingen ze met z'n allen terug samenwonen.

Anatole is tot zijn 14 jaar naar school geweest. Na school kon Anatole de stiel kleermaker leren bij zijn vader in het atelier. Hij heeft bij zijn vader gewerkt tot zijn 20 jaar.

Toen Anatole 10 jaar was heeft hij van zijn tante een doos waterverf gekregen met 6 verschillende kleuren. Hij is beginnen schilderen en merkte al snel dat hij hier talent voor had. Anatole werd met de tekening beter en beter.

Hij was zo goed dat hij in zijn legertijd wel 30 keer de vraag heeft gekregen van andere soldaten om een portret te maken van hun geliefden aan de hand van een foto. Anatole kon hier 100 frank per tekening met verdienen.

Na zijn legertijd kon hij niet meer terecht bij zijn vader als kleermaker. Wegens de komst van de confectie kreeg zijn vader minder opdrachten binnen.

Met een geluk is Anatole bij drukkerij Monty in Edegem kunnen beginnen. De eerste twee dagen mocht Anatole enkel maar toekijken. Zijn baas zag wel iets in Anatole en hij werd na 3 maanden tot ploegbaas gepromoveerd. Dit tot onvrede van de ervaren drukkers.

Toen ook de nieuwe drukkerij in Wilrijk te klein werd besliste Monty om een grote drukkerij op te starten in Lier. Anatole stond in voor alles betreffende de opstart van de drukkerij. Inrichting en vloeren kiezen, machines demonteren en terug opstellen, Anatole deed het allemaal.

Anatole werd de grote verantwoordelijke voor de drukkerij in Lier. Hij werd ook vaak voor het werk naar het buitenland gestuurd. Zelfs tot in Amerika. Hij werd er echter niet goed genoeg naar betaald omdat hij niet het juiste diploma had.

Anatole is op zijn 25 jaar getrouwd met Maria. Een dochter van een bloemenwinkel in Broechem. Bij Maria was het liefde op het eerste zicht maar het was Anatole die het eerste initiatief nam op een dansavond.

Samen kregen ze 5 kinderen. Het eerste kindje overleed helaas al snel.

Anatole heeft heel zijn leven verder geschilderd. Toen hij werkte had hij hier weinig tijd voor maar hij heeft de schade ingehaald toen hij op pensioen was.

Anatole zijn schilderijen kunnen jullie allemaal komen bewonderen op afdeling Het Vlietje. Echt de moeite waard om te komen kijken.

NIEUWS UIT DE PASSAGE

Lier Kermis Lied...



Uitvoerders:
«St. Walburgis en St. Rochus Piepenholleke Brassband»
«Harbalorifa»

LIED VAN LIER KERMIS

1. 't Is weeral zo vèr, dus hefd elle mor kleer
want strak stô Liere Kermis wer veur de deur
kom verget de zorge, denkt toch nie on morges
want dees dage gomme deur.

Ref.

Ja 't is Liere Kermis, as hiel Lier weir in de weer is
vor nen dag of zes, mè tits en caves
daaroem zinge welle, groet en klein da's nie te telle
welle zen van Lier, wellen emme plezier

2. Doe d'is een terraske, danst nog is e paske
ga d'ies nor 't Begijnhof of nor 't Zimmerplein
drinkt e goe Caveske, van 't vat of oòt e fleske
mor doe mee met da festijn.

Muziek : Frans Boogaerts

Bewerking : Jan Mertens
Piet Fabri

Tekst : Hugo Broes

Kaft ontwerp : Karbonkel

LK. Records 001

Bronska

Marcel Kempnaers
muziekinstrumenten



Zomerverhaal door Lia Timmermans... de zomer in Lier

D

E twee meisjes, Lia en Clara gaan gewoonlijk langs de Mosdijk naar school. Tonet en ik lopen soms een eindje mee.

Wij zien hen op een zomerse dag over de brug links inslaan. Ze hebben hun gevlochten strooien hoeden opgezet, waarrond lange linten gebonden zijn, die tot op hun rug bengelen.

Op het ene lint staat «tennis» gedrukt, op het andere «golf» en de meisjes zijn daar heel fier op.

Zij dragen een blikken kruidentrommel mee, die aan een rood lint over hun schouder hangt. Steeds hopen zij onderweg een zeldzaam kruid te vinden. Voorlopig zit er in de kruidentrommeltjes slechts een rozijnenkoek, die ze tijdens de speeltijd mogen opeten.

De Mosdijk is een van de oudste straten van de stad. Links, naast een aarden voetpad loopt de Nete. Hoog rietgras, onkruid en wilde waterbloemen groeien in overvloed langs de kant. Eenden en waterhoentjes hebben er hun nesten gemaakt. Aan de overzijde weerspiegelen zich een grote rode beuk, een hofkapel en de muren van een oud klooster in de stille rivier.

Het zijn de gebouwen van het tweede klooster der Engelse Theresianen – karmelietenzusters – die ten tijde van Cromwell uit Engeland waren gevlucht en zich ten slotte omstreeks 1650 te Lier vestigden. Nu worden de gebouwen gebruikt als school, «'t Kranske». De ingang bevindt zich in de Kerkstraat, die links over de Aragonbrug begint. Zo komt men in de mooie binnentuin, nu de speelplaats van de school. In de schaduw van de rode beuk staat de lieflijke barokke hofkapel uit het begin der 18de eeuw.

Die heeft een statige krulgevel, waarin de witstenen omlijstingen van de ingangspoort, het ovale «œil de bœuf» en de dakrand het donkerrood van de bakstenen aangenaam verhelleren. Vlak naast het oude klooster woont mijnheer Van Wassenhoven, de organist, in een groot stil huis. Lia gaat er iedere donderdag pianoles nemen en al na één jaar toonlad-

ders en Czerny, moet zij preludes en kleine fuga's van Johann Sebastian Bach leren spelen, zó moeilijk voor de linkerhand.

«Oefenen! Oefenen met de linkerhand! Meer oefenen!» roept mijnheer Van Wassenhoven bevelend.

«Maar niemand kan zo goed over vader Bach spreken,» vertelt Lia thuis en oefent zo lang tot Gommarke de fuga's mee fluit.

Langs de rechterkant van de Mosdijk staan de huizen braaf in de rij. Bijna ieder huis heeft een lange geschiedenis: één behoorde tot een refuge van een priorij; een ander maakte ooit deel uit van het klooster Vredeberg; een volgend was het geboortehuis van Ernest Van der Hallen.

Het hoekhuis «Sibemol» is een kunstenaarscafé, waarvoor Felix Timmermans het glasraam Lierke Plezierke ontwierp. Het Maagdenhuis was in vervlogen tijden een weeshuis, maar Lia en Clara geloven dat de jonge hofdames van Johanna van Castilië er logeerden en ze zien hen plechtig bewegen in hun prachtige Bourgondische gewaden, een punthoed met lange sluiers op het hoofd zoals prinsessen en feeën uit een sprookje. Achter al deze huizen liggen de grote tuinen van het oude klooster «Vredeberg».

Vanop de Aragonbrug zien ze de Nete verder lopen naar de Vismarkt; half in het water weggezakt staat een kleine ronde bakstenen toren. Toen «ons mannekes» nog kleine kinderen waren, geloofden ze dat Duimke-mijn-zoon er woonde. Wie anders zou in zulke kleine toren kunnen wonen? Op de oever van de Nete, naast de brug, staat het «Hof van Mechelen», waarvan de voorgevel uitkijkt over de Vismarkt. Dit oude gebouw was het toneel van een der glorierijke momenten in de geschiedenis van de stad. Daar immers verbleef Filips de Schone met Johanna van Castilië bij hun huwelijk te Lier in 1496.

Hoge bezoekers, zoals Margaretha van Oostenrijk en de graaf van Nassau kwamen het huwelijk voorbereiden, dat plechtig ingezegend werd door de bisschop van Kamerrijk. Om dat te vieren schonken zij de waardevolle triptiek voor het altaar van de heilige Christoffel, patroon der schippers en kolveniers.

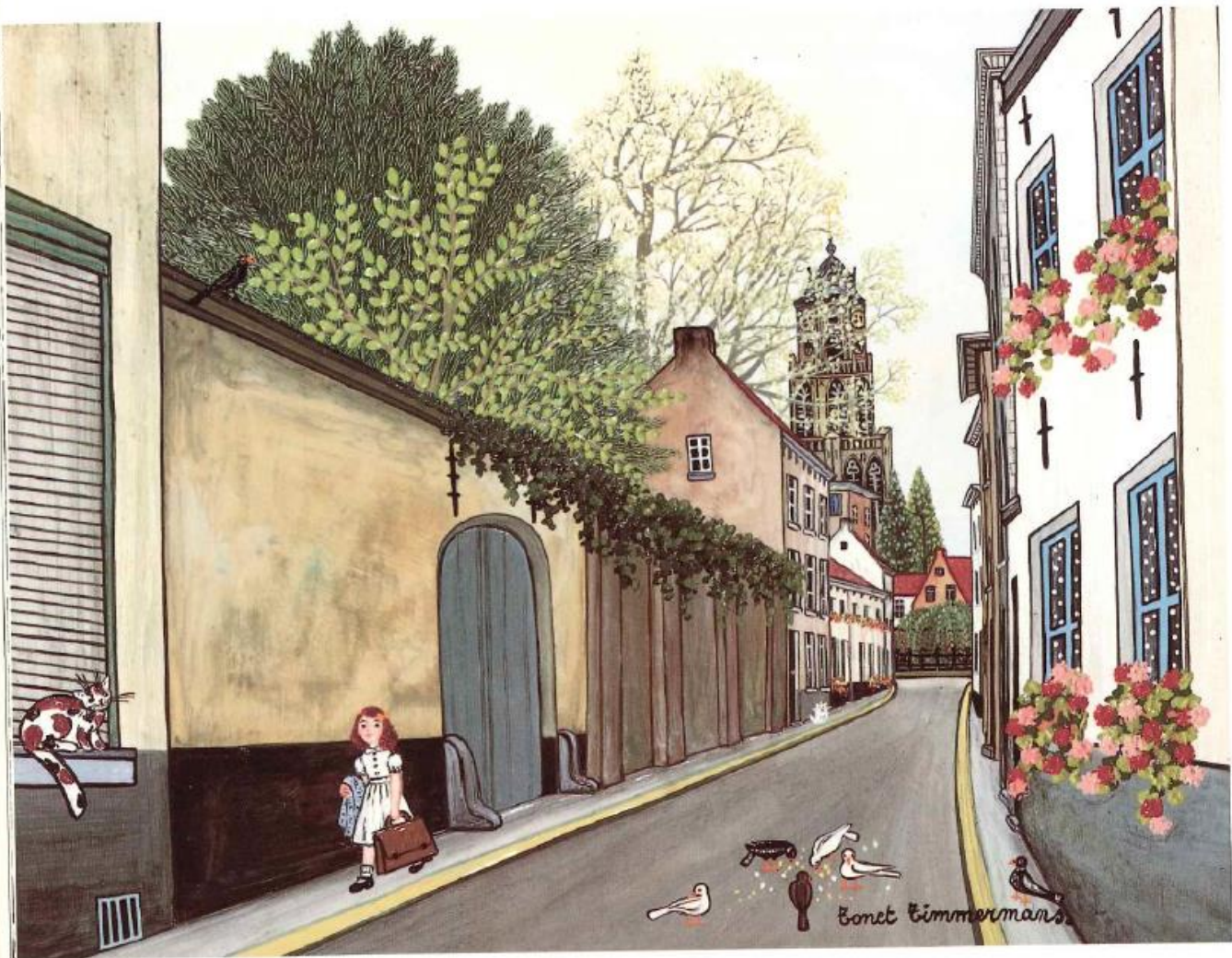
De Vismarkt werd nog voor de Grote Markt gekasseid, in 1415. Reeds op het einde van de 12de eeuw legden er schepen aan en groeide er een bewoonde kern van neringdoeners en ambachtslieden.

Vanop gelijk welke plaats in Lier ziet men de Sint-Gummarustoren boven de daken uitrijzen; vanop de Vismarkt ziet men hem op zijn best, het meest schilderachtig, het mooiste van kleur als de zon in het westen staat.



Van de oude historische gebouwen op de Vismarkt is er praktisch niets overgebleven. Even verder, in de Vredebergstraat is nog wel de gevel van de barokke kapel van het voormalige klooster «Vredeberg» te zien. Hij is indrukwekkend, door de zwierige verticale lijnen. In de rode bakstenen muur lopen witstenen pilasters hoog op en eindigen in de boog van de krulgevel. Nu dient deze kapel als toneelzaal. In het grote witte huis op de Vismarkt woont de kunstschilder Oscar Van Rompaey, de vriend van mijn meester. Ik mag er dikwijls mee op bezoek gaan.

De visverkoop gebeurt nog steeds op de oude folkloristische wijze. Als er vis te verkopen is, komt de belleman haastig door de straten van de stad gelopen, klingelt zijn grote schoolbel en roept luid, zodat iedere huisvrouw het tot in haar keuken kan horen: «Vandaag vis in de mijn! Vis in de mijn! Schelvis! Tong! Kabeljauw! Pladijs! Vis in de mijn!»



Als je dan zin hebt om een van die vissoorten te kopen, kun je gaan opbieden. Een vierkante visplaats wordt afgesloten met ijzeren stangen, die op arduinen paaltjes rusten. Daarrond verzamelen zich de kopers. Een koopje vis wordt op de blauwe steen in het midden van de «mijn» gelegd en het bieden begint tot de mijnmeester de vis aan een koper toewijst en de mijnontvanger het kooppeld opstrijkt.

In het laatste huisje dat tegen de Nete is gebouwd, woont Louiske, de visser, die beweert dat hij één vis per minuut kan vangen; bij hem koop je dan ook de zoetwatervis. Op de vismarkt staat ook – naast de enige viswinkel – het oude buildragershuisje, dat met houten luifels open en dicht gaat, zoals de geldwisselaarskramen afgebeeld werden op de oude Vlaamse schilderijen.

Ook de pomp is er nog!

Ja, in Lier is alles kleiner dan in Parijs of Londen. Daar hebben ze obeliskken. In Lier hebben we de pompen, die overal als kleine monumenten in de stad verspreid staan.

Op de Vismarkt en op het Kluizeplein lijken ze gekroonde, smal toelopende schouwpijpen, waartegen vier dolfinen rusten, die draperieën tussen hun omhoog gekrulde staarten houden. Het geheel staat op een vierkante voet, versierd met koperen ringen en met een koperen mens- of leeuwengezicht waaruit het water spuit. Andere pompen – zoals die aan de H. Geeststraat – zijn opgebouwd als zuilen met voluten, geschelpte elementen en geschelpte vergaarbakken.

Soms worden ze bekroond met een stenen dekselvaas. Of, als ze tegen een muur staan, krijgen ze nog een Lievevrouwebeeld en een lantaarn erbij, zoals de mooie monumentale pomp in de Huybrechtstraat.

Wanneer de meisjes terugkomen uit school, zouden ze achter het stadhuis het Brouwerijstraatje willen inslaan, een korte weg om zo terug op de Vismarkt te komen. Dat straatje begint onder een gewelf tussen twee oude brouwerijen: «Het groot en Het klein Schaakberd». Maar het is de schoolkinderen verboden die weg te nemen; dat staat zelfs te lezen in het reglement van het college.

«Ga door 't Vlietje,» zegt vader, «dat is nog veel schoner, vandaar hebt ge een vergezicht op de Vismarkt èn op de toren.» En de kinderen komen langs het Vlietje. Vroeger was deze smalle stille straat inderdaad een vliet, zijarm van de Nete, zoals er meerdere vlieten door de stad vloeiden: voor en achter de huizen, soms onder de huizen door, zodat het oude stadje, de binnen- en achtertuinen met bloemen begroeid, zich overal weerspiegelde in het water en de bezoeker veel meer schilderachtige hoekjes bood dan heden. Maar ja...

Misschien was er te weinig plaats om huizen voor de gewone burger te bouwen, want met al die kloosters, kapitteldomeinen, kerken, patriërswohnungen en godshuizen, vraagt men zich af waar de gewone stervelingen woonden. 't Gasthuisvestje, 't Dijkske, 't Vlietje, 't Kluizevestje... al die namen wijzen er nu nog op waar men uiteindelijk plaats vond om zijn nederige woning op te trekken.

Het is donderdagnamiddag en het regent. De meisjes zijn in het pensioonaat en Tonetje speelt met haar beer en haar pop Annemie. Sinds een paar maanden heeft Gommaar veel zin om matroos, of liever nog kapitein te worden. Hij heeft geen schip voorhanden en dan maakt hij van

de nood een deugd en van de blauw en geel gestreepte sofa een schip. Als lading dienen de handwerken en verstelmandjes, die hij geduldig aan een touw knoopt en oplaadt terwijl hij hoog op zijn canapé-schip staat. Het mág van mama Marieke, zoals de kinderen ook een hinkelbaan mogen tekenen op de vers geschrobde keukenvloer en ook alles in het salon mogen overeind zetten om «huizeke» te spelen. Er wordt de kinderen veel toegelaten maar ze moeten op het eerste woord van mama gehoorzamen. Als vader Gommaar bezig ziet, belooft hij voor hem een matrozenpak te kopen en zo met hem op de Sint-Anneke veerboot op de Schelde te gaan varen.

«En ik zal eens een vertelsel schrijven over Gommaarke, als matroos», belooft hij erbij. Het wordt «Perlamoena».

«En voor u,» belooft hij aan Tonet, «schrijf ik een vertelsel over een meisje en haar teddybeer.»

«En niet over mijn pop?» vraagt Tonet.

«Over Annemie en Bruintje» beslist de vader.

En wanneer Gommaar het beloofde matrozenpakje draagt, vindt iedereen dat het hem schattig staat en mag hij inderdaad met de goede vader Felix op de Sint-Annekensboot gaan varen.



Weetjes over de Passage:

Op 5/5/2023 ontvingen we ...van de 'goed winkel' in Lier om uitleg te geven over hulpmiddelen en materialen...ivm incontinentie thuis en in de Passage.

Het was best een interessante namiddag... met nieuwigheden en nieuwe materialen. Er was best veel interesse voor.

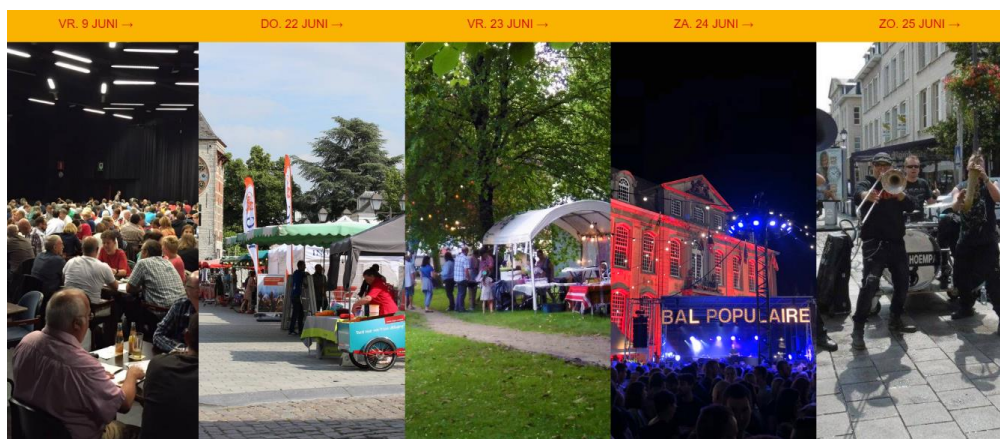


We maakten rijsttaart met de gebruikers: en er werd gesmuld 😊





We maakten een 'stadswandeling' door Lier, studenten van het SAL in Lier hadden deze uitgestippeld en vergezelden ons:



Een gouden raad voor iedereen voor de zomer:
Drink voldoende, maar geen alcohol...
Ga je wandelen, zet een hoedje op.
Zoek zoveel mogelijk de schaduw op.

Verlucht je kamer op tijd en stond ☺ Geniet met volle teugen van de warme zonnestrallen



WEETJES OVER... WESPEN

In de zomer eten we al eens graag gezellig buiten, maar dit kan soms verstoord worden door de aanwezigheid van “vervelende” wespen. Toch zijn ze niet weg te denken, dus hieronder enkel wesp-weetjes, om de beestjes een beetje beter te leren kennen.



1. Wespen jagen op insecten

Wespen jagen iedere dag op insecten. Die bijten ze in stukjes en voeren die aan de larven. De larven verteren het insect en braken een zoet papje uit. De volwassen wespen voeden zich op hun beurt met dat papje. Het is rijk aan suikers en daar krijgen de wespen natuurlijk veel energie van.

2. Wespen kunnen niet zwemmen

Een wesp zit op de rand van je glas en valt er vervolgens in. De wesp blijft misschien eventjes drijven op haar vleugels, maar als die doordrenkt raken, zakt het beestje naar de bodem. Kijk daarom uit met blikjes frisdrank in de zomer: als daar een wesp in ‘zwemt’, dan zie je dit niet.

3. Hoornaars zijn mega-wespen

Hoornaars zijn een stuk groter dan andere wespen. Ze vormen de grootste wespesoort in Nederland. Het beestje kan 25 millimeter lang worden: dat is tien millimeter meer dan een gewone wesp. Je

Honingbij



Wesp



Aziatische hoornaar



Europese hoornaar



komt hoornaars tegen in bossen of parken, maar soms ook in tuinen, zolders of spouwmuren.

4. Wespen worden heel actief door warm weer

Hoe warmer het weer, hoe actiever wespen worden. Wespen vliegen op en neer naar het nest met voedsel en bouw materiaal. Zo gaat de bouw van een nest sneller en worden er steeds meer wespen geboren. Een volgroeid wespennest bevat tussen de 3000 en 7000 wespen. Is een nest ook goed beschermt tegen vijanden, wind, regen en vorst? De kans dat meerdere wespen ook de herfst en zelfs de winter overleven is dan aanwezig.

5. Elk wespennest wordt geregeerd door één koningin

Een jonge wespenkoningin vliegt uit om te paren met een mannetje van een andere kolonie. De mannelijke wesp sterft kort na de paring. De jonge bevruchte koningin gaat daarna in winterslaap. In het voorjaar wordt ze wakker en kiest ze een plek uit om een nest aan te leggen. Hier regeert ze over tot aan haar dood, ergens in de herfst. De nieuwe koninginnen maken dat niet meer mee, die verkeren dan allang in hun winterslaap.



6. Alle wespen in het nest zijn vrouwelijk (hoewel...)

Een wespenkoningin brengt in de zomer alleen vrouwelijke wespen voort. Dit zijn werksters en die zijn onvruchtbaar. De volgroeide werksters nemen alle bouw- en zorgtaken van de koningin over, zodat deze zich kan toeleggen op het leggen van eitjes in elk nieuw eikamertje. Breekt de herfst aan, dan brengt de koningin de laatste lichte eitjes voort. Deze bevatten mannelijke wespen en nieuwe koninginnen. Deze wespen leven niet lang in het nest. Als ze volwassen zijn, vliegen ze meteen uit.

7. Wespen houden de natuur in balans

Veel mensen vinden wespen storend. Dat is ook niet zo vreemd als je ziet wat voor problemen ze in de zomer veroorzaken. En toch zijn wespen ook nuttig: ze eten immers andere nare insecten op, zoals muggen of vliegen.

8. Wespenkoninginnen houden een winterslaap

Jonge bevruchte wespenkoninginnen bouwen na de paring niet meteen een nest. Eerst overwinteren deze nieuwe koninginnen op een relatief warme beschutte plek. Op de eerste warme lentedagen worden ze wakker uit deze winterslaap en beginnen ze aan de bouw van een nieuw nest. Ze leggen dan hun eerste eitjes. Als deze eitjes uitkomen gaat het snel. De nieuwe wespen die hieruit ontstaan gaan de koninginnen helpen met de uitbouw van het nest en het voeden van de nieuwe larven. We noemen ze dan ook werksters.

9. Wespen reageren alleen agressief als je ze aanvalt

Wespen reageren agressiever als jij ze bedreigt. Naar een wesp slaan of een wespennest stukmaken is het laatste wat je bij wespen moet doen. Ze verdedigen zichzelf meteen en dat levert je één tot honderden pijnlijke steken op. Blijf daarom kalm als een wesp om je heen cirkelt en houd altijd afstand van een nest.

10. Wespen roepen elkaar te hulp bij gevaar!

Als jij een wesp zich bedreigd voelt, stoot ze zogenaamde feromonen uit. Dat zijn lichamelijke stoffen die door mensen en dieren worden afgescheiden bij wijze van signaal. Dus als jij een wesp uit de lucht slaat kan de dode wesp al signalen hebben afgegeven aan haar vriendinnetjes, die dan te hulp schieten. Het mag dan al te laat zijn, er kan nog wel altijd wraak worden genomen voor de fatale aanval op hun 'zusje'.

11. Sommige mensen zijn allergisch voor wespengif

Een pijnlijke steek van een wesp ontvangen is één ding, maar allergisch zijn voor wespengif is een tweede probleem. Sommige mensen zijn zo allergisch voor wespengif dat ze meteen medicatie moeten krijgen. Gebeurt dat niet, dan kunnen ze in shock raken of zelfs overlijden.

Ben jij ook allergisch? Blijf dan altijd zover uit de buurt van wespen of wespennesten.

DIERTJES VAN 'T PARADIJS

Tweike

Met onze dieren gaat het eigenlijk allemaal goed.

Onlangs hebben we een schaduwdoek gehangen op de grote wei zodat de pony en onze geitjes de schaduw kunnen opzoeken op de open plek.



Onze varkens volgen een strikt dieet en het begint zijn vruchten af te werpen. De varkens hun buik schuurt al niet meer over de grond 😊

We hebben jammer genoeg een cavia moeten afgeven. Nu hebben we nog drie cavia's. Als we geen cavia's meer hebben gaan we er geen meer bijnemen.

Onze Pony (Tina) doet het super goed. Tina kent al goed haar vaste verzorgers. Binnenkort komt de hoefsmid langs om haar hoeven bij te kappen. Heeft iemand van jullie vroeger zelf ervaring in het kappen van hoeven?



Onze kippen scharrelen heel de dag in het rond. Het grappige is dat de kippen van onze achterbuur soms ook bij ons zitten. De ene dag hebben we drie kippen en de andere dag hebben we er vier of zelfs vijf. Het zal inderdaad beter zijn op een andere wei 😊

De geitjes zijn vrolijk en zitten gans de dag achter elkaar aan. Binnenkort komt er nog een speeltuintje bij voor onze geiten. Dan zullen ze nog beter kunnen klimmen en springen.

De konijnen hadden het een beetje moeilijker met de hitte in juni. Konijnen kunnen namelijk niet zweten en zoeken dan maar sneller de schaduw op.

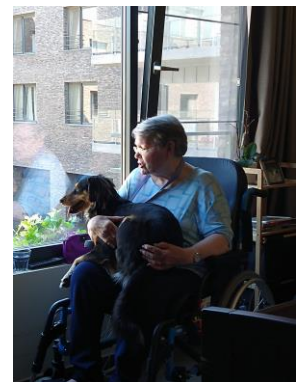
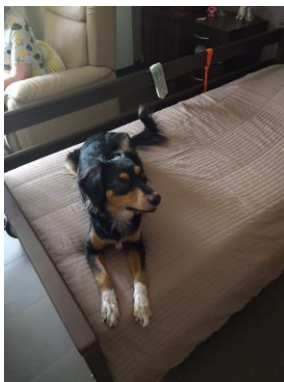
Woordspelletje:

In de tekst zit er nog één dier verborgen. Vinden jullie het andere dier?

We hebben nu al:

- Kippen
- Cavia's
- Konijnen
- Varkens
- Geiten
- Pony
- ...

AAI-honden



WE NAMEN AFSCHEID VAN

Simonne Labeye	K238
Simonne Vermeulen	K142
Rozette Smits	K117
Mathil Van de Velde	K348
Hugo Bervoets	K133
Jozefin De Meyer	K119
Angèle Van den Brande	K307
Roza Vermeulen	K101



QUIZ

Zoek de 6 verschillen

Puzzelcode: 0668



MOPPENTROMMEL

Twee oudjes zitten op een bankje. Zegt de ene tegen de andere: "Ik heb een nieuw gehoorapparaat. Een hele goeie, want ik hoor nu alles weer!" De andere: "Oh wat fijn, en wat kostte die?"
"Half vijf!"

Twee vogels zitten in een boom te kijken hoe een schildpad elke keer weer uit een boom springt en met zijn poten wappert. Na een tijdje zegt de ene vogel tegen de ander: "schat, ik denk dat we hem nu maar moeten vertellen dat hij is geadopteerd."



Een man wordt tegengehouden door de politie.

- Dit is een alcoholcontrole, zegt de politieagent, wilt u meewerken?
- Wel ja, waarom niet. Geef me zo'n kepie en een fluojasje en zeg me wat ik moet doen.