

MAART - APRIL 2024

# VITAMIENTJE



# WAT VIND JE IN DIT KRANTJE

## Inhoud

PROGRAMMA.....	3
WELKOM AAN DE NIEUWE BEWONERS.....	4
POEZIEHOEKJE .....	5
VERJAARDAGEN .....	6
DE TIJD VAN TOEN (en nu).....	8
TIPS VAN OMA... ..	12
GOUDEN TIP UIT HET WZC .....	14
VOORBIJE ACTIVITEITEN .....	18
NIEUWS UIT HET PARADIJS .....	20
DE DEMENTIEBOETIEK .....	24
NIEUWS UIT LIER .....	25
BEWONER IN DE KIJKER.....	27
NIEUWS UIT DE PASSAGE .....	30
WEETJES OVER... KIPPEN .....	37
WE NAMEN AFSCHIED VAN .....	40
QUIZ.....	41
MOPPENTROMMEL.....	42

# PROGRAMMA

## MAART

- 5/03 Carnavalbal
- 21/03 Vaderdag
- 22/03 Koor (Polyvalente zaal)
- 25/03 Ontbijtbuffet: de Kaai – 't Vlietje – 't Steegje
- 26/03 Ontbijtbuffet: den Dijk – den Oever – 't Pleintje
- 27/03 Mis Pasen

## APRIL

- 20/04 Familie ontbijt\*
- 23/04 Lentebal
- 26/04 Koor (Polyvalente zaal)

*Opmerking: \* Inschrijven is verplicht*



# WELKOM AAN DE NIEUWE BEWONERS

K237	Agnes Verstrepen
K137	Yvonne Van den Eynde
K355	Gaston De donder
K104	Herman Poriau
K131	Gerard Geudens
K123	Paula Dierckx
K149	Simonne Van den Bosch
K159	Lena Callaerts
K350	Ida Peers
K214	Lizette Van Oirschot
K122	Fons Faes
K356	Alice Verzwylvel



# POEZIEHOEKJE

Ik zou graag willen dichten  
over schapjes in de wei,  
over bollen, over knoppen,  
over bloemen en de bij.

Ik zou graag willen dichten  
over vogels en het ei,  
over kikkers, over vlinders,  
over liefde, jou en mij

Over zon en licht en lente  
weet ik heus iets te verzinnen,  
maar niet waar ik moet stoppen

Doe eens gek  
waag een kansje  
maak een salto  
dans een dansje

Ga uit je dak  
fluit, blaas, bler  
spring in de lucht  
lente is in the air

# VERJAARDAGEN

## MAART

1/03	Finne Dirickx	K304
1/03	Bertje Kennis	K215
6/03	Renilde Van Gulck	K115
7/03	Frank Wildiers	K324
10/03	Lina Keuterickx	K136
10/03	Jenny Sladts	K249
12/03	Wai Man	K233
13/03	Francois Vermuyten	K202
18/03	Jeanine Bastanie	K248
21/03	Ernest Van Gaens	K348
22/03	Gaston De donder	K355
23/03	Kathleen Henderyckx	K302
26/03	Lea De Wit	K120
26/03	Gust Op de Beeck	K347
27/03	Caroline Pittevils	K239
27/03	Anny Vekemans	K211



## APRIL

6/04	Francois Verheggen	K344
10/04	Bertha Mariën	K157
13/04	Paula Dierckx	K123
15/04	Jeanne Van Meerbeck	K206
16/04	Lucienne Vanderlinden	K339
19/04	Maria De Lathouwer	K303
19/04	Theo Heremans	K260
19/04	Georgette Minnekens	K110
19/04	Fillemon Verhasselt	K342
25/04	Jef De Potter	K107
25/04	Joanna Lauwers	K325
26/04	Gusta Kukelmann	K358



# DE TIJD VAN TOEN (en nu)...



Elke ouder, vroeger en nu, wil z'n kind de beste voorbereiding bieden op het verdere leven. Maar wat 'het beste' is, wordt sterk gekleurd door maatschappelijke ontwikkelingen en wetenschappelijke inzichten. Babytips en wijsheden van vijftig jaar geleden kunnen aardig

verschillen van de opvattingen vandaag.

## Babyadvies 1: Knuffelbeer in de kast

Gezellig toch, je kleinkind induffelen samen met die favoriete knuffelbeer? Misschien zelfs eentje waar je zoon of dochter nog mee geslapen heeft. Alleen zijn knuffels vandaag in de eerste plaats bedoeld om mee te spelen en niet om mee te slapen. Want het is bewezen dat knuffels, kussens en losse dekens het risico op verstikking vergroten.



Sinds halfweg de jaren negentig zet Kind en Gezin volop in op de preventie van wiegendood. Daarbij hoort de belangrijke aanbeveling om kindjes op hun rug te laten slapen. Terwijl vroeger net de buikligging werd aangeraden. Sinds deze switch is het aantal gevallen van wiegendood gedaald van 104 in 1994 tot zo'n 15 per jaar vandaag.

Sommige jonge ouders maken daarnaast gebruik van nieuwe technologieën, zoals ademende matrassen of sensormatjes die de hartslag van hun baby meten. Van die gadgets was vroeger nog geen sprake. Ze kunnen helpen bij de gemoedsrust en dus



de nachtrust van je zoon of dochter, maar ze geven veeleer een vals gevoel van veiligheid. In de buurt blijven en toezicht houden blijft het allerbelangrijkste. Ook als je kleinkind komt logeren dus.

### Babyadvies 2: Melk is goed voor elk?

Dat melk goed is voor elk werd decennialang in onze oren geknoopt. Kinderen moesten volle melk drinken, en liefst zo veel mogelijk, want er zit calcium in en daarvan krijg je sterke botten. Intussen is geweten dat marketeers de heilzame effecten van melk nogal hebben overdreven.



Uiteraard maken melkproducten deel uit van een gezond en een gevarieerd voedingspatroon, en is melk ook het voedingsmiddel bij uitstek voor jonge kindjes. Maar te veel melk leidt tot een te hoge inname van eiwitten, wat schadelijk kan zijn voor de nieren van een baby. Vandaag wordt dus maximaal 350 à 500ml melkvoeding per dag aanbevolen vanaf de leeftijd van twaalf maanden. Heeft je kleinzoon of -dochter dorst? Geef dan liever water.

### Babyadvies 3: Suikertutje

Heb je ooit de fopspeen van je zoon of dochter in suiker of honing gedopt om een huilbui te beëindigen? Of zelfs in jenever, whiskey of cognac? Tja, enkele decennia geleden keken ouders daar helemaal niet zo vreemd van op. Dat suiker en alcohol niet bepaald gezond zijn voor een baby, werd doorgaans weggewuifd. Maar met de huidige kennis over gezonde voeding is zoiets ondenkbaar.



Wist je trouwens dat een fopspeen tegenwoordig alleen is aangeraden wanneer ze écht nodig is, en liefst alleen als deel van het slaapritueel? Tutjes zijn goed om de zuigbehoefte van een kind te bevredigen, maar te veel tut zuigen kan een negatieve invloed hebben op de ontwikkeling van het gebit.

#### Babyadvies 4: Potjestraining

Dat luiers tegenwoordig zo snel geknoopt, lekker zacht en lekvrij zijn, maakt het leven van baby's én jonge ouders een stuk makkelijker. Maar er is ook een addertje onder het gras: volgens het UZ Antwerpen zijn kleuters tegenwoordig zes maanden tot één jaar later zindelijk dan vijftig jaar geleden. Terwijl in de jaren zestig 90 procent van de kinderen overdag droog was op de leeftijd van tweeënhalf jaar, gaat het vandaag om (p)amper 22 procent.



Zindelijk worden is sowieso een natuurlijk rijpingsproces waarbij elk kind een eigen tempo volgt. Kan je dan geen handje helpen? Jawel, door kinderen de kans te geven om te oefenen. Dat lukt het best als ouders, kinderopvang, grootouders en andere opvoeders afspraken maken over hoe ze het zullen aanpakken.

De zindelijkheidstraining helemaal overnemen is als grootouder uiteraard niet haalbaar. Maar geef gerust het goede voorbeeld en laat de deur van het toilet eens op een kier de volgende keer dat je je kleinkind opvangt. Zo maak je van 'naar het toilet' gaan iets heel normaal, dat er gewoon bij hoort.

### Babyadvies 5: Virtueel dorp

Waarom huilt mijn baby zo veel? Eet mijn peuter genoeg? Ben ik wel een goede ouder? Het zijn bezorgdheden die door het hoofd van elke ouder spoken. Heb je daar vroeger ook mee geworsteld? De kans is klein dat je er dan met je omgeving over sprak. Want opvoeden gebeurde binnen het gezin, en verder werd er weinig over gepraat. Behalve misschien met je eigen ouders die 'de waarheid' in pacht hadden.

Mama's en papa's van de jongste generatie gooien hun zorgen en moeilijkheden wel meer op tafel. En zelfs op het wereldwijde web. Twijfels zijn geen taboe meer, maar worden volop online besproken in een 'virtueel dorp' vol vrienden en kennissen. Zelfs andere ouders, die je zoon of dochter misschien niet eens in



levenden lijve heeft ontmoet, maken er deel van uit.

Er is een overvloed aan informatie en een veelheid van waarheden, waaruit elke ouder de aanpak filtert die voor hem of haar het best werkt. En dat is alleen maar een verrijking. Dus wordt jouw raad in de wind geslagen? Maak je geen zorgen. Dat betekent niet dat ze niet geapprecieerd wordt.

# TIPS VAN OMA...

Het griepseizoen staat voor de deur, daarom dat er hieronder een aantal tips staan om de griep te voorkomen en wat je kan doen als je toch de griep hebt gekregen.

## **Drink voldoende water**



Het is belangrijk om voldoende water te drinken. Probeer zeker bij elke maaltijd je glas water leeg te drinken en drink daar tussen ook eens een glas water.

## **Was regelmatig je handen**

Was je handen regelmatig. Zeker wanneer je naar het toilet bent geweest en voor het eten.



## **Zorg voor ventilatie**

Zet je raam open wanneer je niet aanwezig bent in de kamer. Dit kan je doen bv. wanneer je gaat ontbijten. Wanneer je dan terug naar de kamer gaat, kan je je raam terug dichtdoen en heeft het toch eventjes verlucht.



*Toch de griep gekregen? Gebruik dan zeker volgende tips om zo snel mogelijk terug beter te worden*

### **Drink een goede tas kippensoep**

Een tas kippensoep zit vol met vitaminen die ervoor zorgen dat jouw verstopte neus en hoesten sneller zal verdwijnen. Ook zorgt een tas soep ervoor dat je veel water binnen krijgt en dit kan helpen om de griep te voorkomen.



### **Gebruik zout**

Zout is heel belangrijk bij de griep. Je kan het op een aantal manieren gebruiken, namelijk door zout met warm water te mengen en hiermee je neus te spoelen. Ook kan je gorgelen met warm, zout water. Het klinkt heel raar, maar het kan wel helpen.



Je hoeft het water niet door te slikken, maar alleen een paar keer achter elkaar hier goed mee gorgelen.



# GOUDEN TIP UIT HET WZC

## Algemene tips

### Het ene plezier is het andere waard

Iedereen die in ons WZC verblijft, is hier met een reden. De ene persoon kan moeilijk stappen of heeft andere lichamelijke klachten, een ander persoon is dan weer vergeetachtig.. beide redenen om niet meer alleen thuis te wonen en de stap naar een WZC te zetten. Dat is altijd even aanpassen.. sommigen passen zich snel aan en voor



anderen duurt het lang eer ze het hier een beetje gewoon kunnen worden.

Wat voor iedereen geldt, is er het beste van maken... dat is hét ultieme doel dat iedereen voor ogen heeft.

Het is vanzelfsprekend dat iedereen anders is en dat het niet met iedereen even goed 'klijkt', terwijl er dan ook

weer mensen zijn die je precies al jren kent.. Tips om hier in het Paradijs graag te zijn, zien we dagelijks als we door de gangen lopen. De ultieme maar ook zo voor de hand liggende tip is om **lief te zijn voor elkaar**. Help elkaar waar het kan!

De volgende foto's spreken alvast boekdelen en zijn zo vertederend mooi. Dit zijn beelden die we zo graag zien hier in 't Paradijs..



## Tips van de kiné

### ADEMHALING

De ademhaling zorgt voor de toevoer van zuurstof (O<sub>2</sub>) naar de longen en de afvoer van koolzuurgas (CO<sub>2</sub>) uit de longen. In de hersenen zit een ademhalingscentrum dat de mate van ademen regelt.



Bij een normale ademhaling ademt u 12-15 keer per minuut +/- een halve liter lucht per ademteug in en uit. Voor de inademing gebruikt u actief uw inademingsspieren (middenrif, spieren van de borstkas). De uitademing is passief en gaat dus vanzelf.

Wel hebben uw uitademingsspieren (buikspieren, andere spieren van de borstkas) vooral een belangrijke functie bij het hoesten. Bij een normale ademhaling horen ook diepe zuchten, geeuwen, uitrekken, hoesten en niezen.

Het hart pompt het zuurstofrijke bloed verder door uw lichaam. Zo komt de zuurstof bij alle spieren en organen terecht. Spieren en organen hebben zuurstof nodig om te kunnen werken, dus zuurstof is nodig om te leven en energie vrij te maken in onze cellen.

Soms raakt de ademhaling in de war. U ademt dan snel of diep, terwijl u niet iets actiefs doet. Als u te veel of verkeerd ademhaalt, kunt u deze klachten krijgen: benauwd gevoel, duizelig, drukkend gevoel op de borst, hoofdpijn, krampen in de spieren, moe zijn, ...

## OEFENINGEN

Ademen lijkt dus vanzelfsprekend, maar veel mensen hun manier van ademhaling zou veel beter en efficiënter kunnen. *Ademen gebeurt meestal door een combinatie van buik- en borstademhaling.*

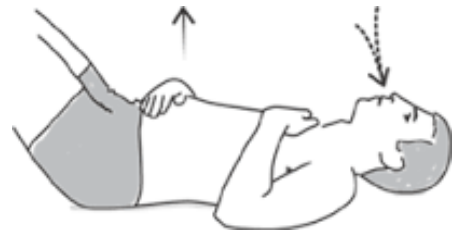
### BUIKADEMHALING

Leg 1 hand op uw buik en 1 hand op uw borst.

Bij goede en diepe ademhaling vult de lucht zich vnl in de onderste longen en voel je dus dat uw buik omhoog komt.

De borstkas blijft stil.

Adem in en uit door de neus.



### 4X4

Adem 4 tellen IN door de neus - wacht 4 tellen.

Adem 4 tellen UIT door de neus - wacht 4 tellen.

*Op deze manier krijg je meer controle over je ademhaling!*

### RIETJE

Vul een glas halvol met water en voorzie een rietje.

Adem in door de neus.

Blaas uit via de mond in het rietje. Maak belletjes tot je niet meer kan.

Adem opnieuw in via de neus of mond.

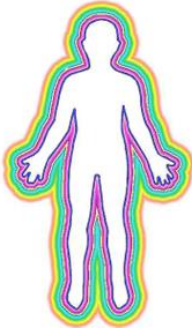
*Zo verstevig je de uitademhalingsspieren.*





## LICHAAMSSCAN

*Doe dit 's morgens of 's avonds wanneer je in je bed ligt, om te ontspannen.*



*Focus je telkens op het aanspannen en ontspannen van verschillende spieren.*

Begin bij je tenen, voeten, benen en beweeg zo verder naar boven.

Uiteindelijk werk je aan ontspanning in je nek, schouders en hoofd.

Telkens wanneer je uitademt laat je de spanning op je spieren los.

## VUURSPUWER

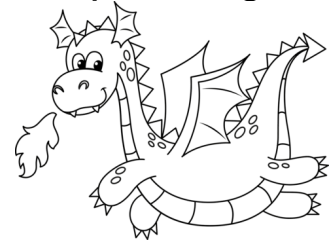
*Deze ademhalingstechniek creëert het gevoel van opluchting en energie.*

*Het is de ideale manier om je dag te beginnen.*

Ga rechtop zitten, in een stoel of in kleermakerszit.

Adem een paar keer diep vanuit de buik.

Vervolgens duw je adem krachtig door de neus, zoals een draak die vuur uitblaast.



## SPIEGEL AANDAMPEN



*Deze spieren heb je nodig om te kunnen hoesten, bv. als je jezelf verslikt of bij een verkoudheid.*

Adem diep in via de neus.

Doe je mond ver open en adem krachtig in 1x alles uit, alsof je een spiegel zou aandampen.

# VOORBIJE ACTIVITEITEN

## Kerstfeestjes



## Nieuwjaarsreceptie



## Koor

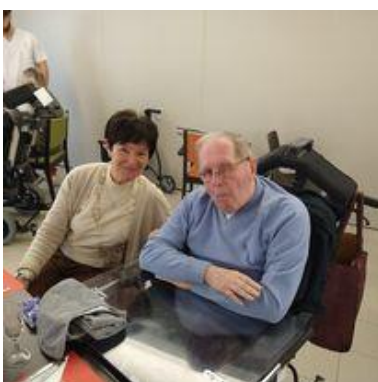




## Levende portretten




## Valentijnslunch





# NIEUWS UIT HET PARADIJS

 08u00 – 09u30  
of  
10u00 – 11u30

Zaterdag 20 april 2024

## Lenteontbijt

WZC Paradijs



Bewoner WZC	gratis
Gebruiker Passage	15 euro
Bewoner AW	15 euro
Volwassenen	18 euro
Kind t.e.m. 10 jaar	10 euro
Kind t.e.m. 3 jaar	gratis



← Schrijf hier in!  
(<https://forms.gle/X19Zmf53sz73MbS87>)

Inschrijven t.e.m. 28 maart 2024.  
Betaling (cash of via bancontact) aan het  
onthaal of via overschrijving.



- Elk jaar werken wij rond een thema en dit jaar is het thema “**Cultuur**“. We willen graag een aantal activiteiten organiseren die hiermee te maken hebben.



- Ook dit jaar gaat er een boek “Hedde Tijd” uitgegeven worden, geschreven door schrijfdocente Gretel Van den Broek. Mede dankzij de mooie herinneringen van onze bewoners komt er steeds een prachtig levensverhaal tot stand. Dit jaar zullen de bewoners niet met hun foto in het boek

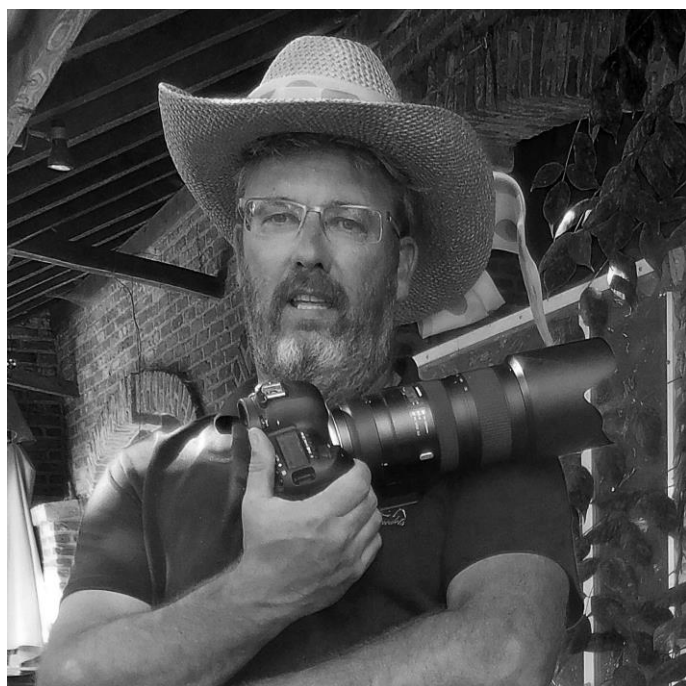


verschijnen maar wel met hun portret. Dit portret werd gemaakt door leerlingen van de kunstacademie van Lier. Enkele bewoners gingen ter plaatse naar de academie om zich te portretteren. Ook kwamen de leerlingen 2 voormiddagen naar het Paradijs om portretten te maken van alle bewoners. Er zal

zeker ook een tentoonstelling plaatsvinden zodat iedereen alle portretten kan bewonderen.



-Fotograaf Nico Landuyt komt een heel jaar foto's nemen van onze bewoners tijdens groepsactiviteiten, dagelijkse bezigheden, individuele activiteiten en tijdens andere mooie momenten,... Als een bewoner herkenbaar is op een foto, vragen we uiteraard eerst de toestemming aan de bewoner en zijn/haar familie voordat de foto wordt



Nico gaat regelmatig in ons WZC verschijnen. Het is de bedoeling dat er een hele reeks foto's worden genomen die we een mooie plaats kunnen geven in de gangen van het Paradijs.

Voordat we die foto's een vaste plaats geven, zal er eerst een tentoonstelling in de polyvalente zaal zijn zodat iedereen ze kan bewonderen.



Nico is een hobbyfotograaf.. fotografeert bij Queen of the Models en hij gaat in zijn vrijetijd regelmatig ook foto's nemen van oude, verlaten panden en plaatsen (Urbex)

## Oproep

We zijn op zoek naar bewoners die een bepaalde hobby hebben, een verzameling of een talent dat ze graag willen laten zien aan andere bewoners, bezoekers,...

Je mag best trots zijn op wat je kan!

We zouden dit graag tijdens een tentoonstelling willen laten zien in de polyvalente zaal. Wie wil hieraan meewerken?

Je bent trouwens nooit te oud om iets nieuw te leren!

Wie interesse heeft om hieraan mee te werken: geef een seintje aan iemand van het Anke-team.





# DE DEMENTIEBOETIEK



Contactclowns... Wie zijn ze? Wat doen ze? Wat drijft hen? Ze maken op een respectvolle, waardige, warme en liefdevolle manier contact met mensen.

Jullie zullen Fleur en Happy zeker wel eens ontmoeten in WZC Paradijs!





# NIEUWS UIT LIER

## Duivenmarkt Lier van start: minder zondagen, maar nog steeds veel interesse uit binnen- en buitenland

In Lier is de duivenmarkt weer begonnen. Die vindt elke zondag plaats tot 24 maart. Het is de oudste duivenmarkt van het land,



maar wordt minder zondagen georganiseerd en lokt ook minder bezoekers en kopers. Toch is er nog altijd veel enthousiasme omwille van de unieke sfeer.

Lier is vanaf vandaag weer zeven zondagen lang het decor van de traditionele duivenmarkt. De markt is de oudste van het land, maar lokt steeds minder bezoekers en kopers. Daar waar de markt vroeger 14 achtereenvolgende zondagen werd georganiseerd, is dat nu een stuk minder. Toch lokt de markt nog heel wat enthousiastelingen, uit zowel het binnen- als buitenland.

Dat de duivensport is achteruitgegaan, ontkennen de verkopers niet. "Maar wij zijn *die hards*, wij blijven de duiven verkopen en ermee spelen", zegt verkoper Marc van Loon uit Kalmthout. "Het is ook geen eenvoudige stiel, je moet het hele jaar door voor de duiven zorgen. Op reis gaan in de zomer zit er niet in." Volgens Wim Janssens van de organiserende Koninklijke Lierse



Duivenbond is deze editie alvast toch een succes. "Ondanks het slechte weer, zijn er redelijk wat kopers en verkopers", zegt hij.

"Met een aanbod van zo'n 600 duiven zitten we ook aan vrij veel voor de tijd van het jaar. Zeker omdat we eigenlijk tussen twee kweekperiodes zitten."

Van Loon verkocht vandaag alvast 12 duiven. "En ik sta hier nog maar een uur", zegt hij. "Bovendien heb ik er maar 14 bij, dus ik ben al bijna uitverkocht." Dat het niet erg druk is in Lier, heeft volgens hem ook te maken met concurrentie uit Kortrijk. "Daar is momenteel een grote beurs bezig. De duivenmarkt in Lier is een vaste waarde, met naam en faam tot in het buitenland. Mijn snelle verkoop vandaag bevestigt dat de markt hier nog altijd werkt."



De markt lokt heel wat buitenlandse bezoekers, vooral uit Nederland, Frankrijk en Duitsland. "Die komen misschien later vandaag nog met een bus tot hier", zegt Van Loon. "Sowieso weet ik dat er heel wat internationale kopers en verkopers in het land zijn en hier overnachten. Ze combineren vaak verschillende bezoeken, zoals aan de beurs in Kortrijk en aan de duivenmarkt in Lier."

Janssens verwacht dat er in totaal meer dan 1.000 duiven verkocht zullen worden. "De meeste buitenlandse kopers komen begin maart, omdat het aanbod dan hoger ligt." Bovendien blijft hij overtuigd van het unieke van de Lierse duivenmarkt. "De verkoop in een omgeving van alle historische gebouwen die Lier rijk is, dat vind je niet overal." Daarnaast kunnen er ook prijsduiven in het aanbod zitten. "Ik herinner me een Nederlander die hier voor 25 euro een duif kocht, die dan later nationaal kampioen werd. Hij heeft die duif kunnen doorverkopen voor zo'n 20.000 euro."

Wie de duivenmarkt wil bezoeken, is deze maand nog welkom op 25 februari, en daarna op 3, 10, 17 en 24 maart, telkens op de Lierse Grote Markt van 8 tot 13 uur.

# BEWONER IN DE KIJKER

## Gust Op de Beeck



Gust is geboren in 1936 in Koningshooikt. Hij groeide op in een groot gezin: hij was de 8<sup>e</sup> en na hem zijn er nog 2 “nakomertjes“ gekomen, zoals ze dat in de volksmond zeggen.

Hij was een boerenzoon en we zeggen gelijk het is: het boerenleven is hard labeur! Patatten, pekes, spruiten uitdoen,.. hoorde bij het dagelijks leven. Hij herinnert zich nog dat hij 5 ton patatten hadden gestoken en dat hij die alleen op de camion had gelegd... De andere kinderen waren

toen het huis al uit en de 2 jongsten waren nog te klein om te helpen. Ze hadden thuis 4 of 5 koeien (later 9) die hij elke dag met de hand moest melken. Tijd voor hobby's? Nee, dat was er niet!

De bedoeling was oorspronkelijk om het boerenleven van zijn ouders verder te zetten maar het is toch anders gelopen..

Gust is op de Gevaert (gekend van de filmrolletjes) in Mortsel gaan werken. Hij werkte er in 3 ploegen, vaak in den donkere... Hij had er een loopbaan van 33 jaar.

's Morgens kwam de bus hem (en anderen uit de omgeving) aan huis oppikken. Er



waren in die tijd veel mannen die daar werkten dus tegen dat ze aan de Gevaert aankwamen, zat de bus zo goed als vol. En 's avonds bracht de bus hen weer terug naar huis. Gust werkte 7 dagen op de week en dan was hij 2 dagen thuis. De dagen die hij vrij was, deed hij samen met zijn schoonbroer (de man van zijn oudste zus) karweitjes in Duffel. Ze gingen bij mensen thuis allerlei herstellingen doen.

Tijd voor hobby's? Nee, ook toen was die er niet. Altijd maar werken!

Hoe heeft hij zijn vrouw, Jeanne, die ook in 't Paradijs woont, leren kennen?

De ouders van Jeanne, die oorspronkelijk van Essen waren (van de Kalmthoutse hoek), hadden een boerderij van 't OCMW in Koningshooikt gepacht. Jeanne was toen 15. Gust zag haar altijd in de mis maar had toen nog geen echt contact met haar. Hij kende haar alleen "van ziens", als "die van de nieuwe boer".

Dat veranderde toen het novemberfoor was in Lier..



Ze reden met een hele klik jongeren met de fiets van Jut (Hooikt) naar de foor in Lier.. Op een avond, tijdens de eerste week van de foor (de pottekesmarkt) bracht Gust Jeanne met de fiets tot bij



haar in 't straat. Tot bij haar thuis durfde hij in 't begin nog niet komen. Hij was 19 en zij 17jaar.. en toen was het allemaal begonnen..

Sommigen wisten ervan dat ze verkering hadden maar bij hen thuis nog een hele tijd niet..

Gust was 25 en Jeanne 23 toen ze trouwden.



Ze hebben samen 2 zonen en 4 kleinkinderen. Ondertussen zijn Jeanne en Gust bijna 63 jaar getrouwd.



Toen de tijd van werken voorbij was, hebben ze op hun manier genoten. Op reis gaan was niks voor hen. Ze waren graag thuis, samen met zijn 2, als echte huismussen. Tevreden met de gewone alledaagse dingen.

Toen ze wat ouder werden begonnen ze allebei wat te sukkelan met hun gezondheid. Eerst kwam Jeanne 2 dagen per week naar de dagverzorging, de Passage, nadien verhuisde ze voorgoed naar het Paradijs, naar 't Pleintje. Elke dag kwam Gust bij haar op bezoek.

Een paar jaar later verhuisde ook Gust naar 't Paradijs, naar 't Steegje. Op dezelfde verdieping als Jeanne maar op een andere afdeling.

Gust is graag in 't Paradijs. Elke dag gaat hij zijn vrouw Jeanne bezoeken. Hij kan niet stil zitten. Hij leest elke dag de krant, doet

woordzoekers en puzzelt veel. Hij maakt puzzels van 1000 tot 1500 stuks.

Hij komt al eens naar een feestje op de afdeling en gaat af en toe met enkele maten van 't Steegje naar de cafetaria. Af en toe maakt hij al eens een wandelingetje in de buurt.

Gust zegt dat hij zich nooit verveelt en dat hij nu dus wel tijd heeft voor hobby's 😊



# NIEUWS UIT DE PASSAGE

We maakten samen verse groentesoep op 3/1/2024

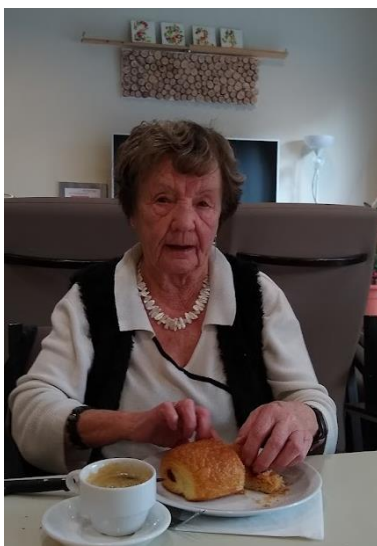




Op vrijdag 5/1/2024 aten we driekoningentaart:



We smulden van appelbollen en worstenbroden op 'verloren maandag, 8/1/2024'





Op 2/2/2024 werden er pannenkoeken gebakken voor Lichtmis.



### **Dialectwoorden:**

“*baol(e) katoen*” = baal of een grote zak van jute of grof linnen, bv. een kleed is van baole katoen gemaakt.

Herkomst: Frans, ‘balle de coton’ = stof waarin koopwaar werd verpakt, in het Frans horen we ‘emballer’ wat inpakken betekent en ook ‘ballot’ of pakje.

“*baskul*” = een brugbalans voor zware lasten, vroeger ook voor huishoudelijk gebruik, bv. vruger wogen ze ne zak hulle oep ne baskul.

Herkomst: Frans, via het Franse ‘bascule’ afgeleid uit het Latijn ‘basculum’ wat stok of meetstok, maatstaf, betekent. Een balans met twee armen, waarvan de ene doorgaans 10 maal zo lang is als de andere.

“*bedot*” = beetnemen of voor de gek houden, bv. we speelden bedot op ’t straat toen we klein waren.

Herkomst: Middelnederlands “*doet*” wat dwaas betekent, het verwijst naar een kinderspel waarbij de kinderen zich verstopten om het zoekende kind, dat met het aangezicht tegen een muur of boom stond en aftelde, te verrassen of te bedotten. Er was ook potteke stamp... verstoppertje spelen.

“*blaffetuur*” = rolluik of vensterluik, bv. seffens doen we de blaffeture toe.

Herkomst: uit het Frans van het woord ‘blaffir’ wat verduisteren of bleek maken betekent. Ook het woord ‘blaffard’ wat kleurloos of bleek, vaal betekent... dat zorgt ervoor in warme, zonnige landen toch nog een beetje licht door de gesloten vensterluiken in de kamers binnendrong.

“*braderij*” = een kermisachtige winkelweek met verkoop op straat, bv. volgende week is’t weer braderij in de keurte Antwerpsestraat.

Herkomst: afgeleid van braden of braderie, het is een gaarkeuken, oorspronkelijk werden op een braderie alleen ‘eetgelegenheden’ geïnstalleerd waar er gebraden werd, later kwamen er kramen met voedingswaren en klederen bij.

“*broek*” = 1.natuurlijk een broek om aan te doen

2.een waterbroek met natte weiden of ook wel met een hooiland

Herkomst: uit het Middelnederlands ‘broec’ komt van ‘brako’ een paar duizend jaar geleden, dat werd gebruikt voor een moeras of drasland, laaggelegen weiland.

Na drooglegging kreeg ‘broek’ ook de naam van hooiland.

Volgende maand meer 😊

# VROLIJK PASEN!

h	v	r	w	a	o	c	w	n	m	d	c	e	p	z
p	y	u	p	t	r	o	w	r	f	x	w	g	h	e
s	g	y	k	a	m	k	v	o	w	o	g	k	n	d
o	d	j	k	o	a	y	w	p	r	e	o	v	a	p
e	i	e	r	e	n	s	i	s	v	t	m	m	r	o
i	s	z	g	k	d	i	h	t	v	b	e	a	c	o
x	c	u	i	r	n	e	j	a	h	p	s	l	i	p
g	i	s	u	u	t	j	f	n	a	a	x	p	s	t
h	p	b	n	i	s	l	n	d	x	s	t	y	q	p
l	e	f	s	s	a	l	e	i	g	e	t	b	j	q
l	l	b	t	b	h	o	w	n	l	n	v	l	a	a
n	e	k	i	u	k	v	y	g	t	u	l	p	s	r
u	n	c	h	o	c	o	l	a	d	e	z	n	g	e
e	p	o	y	a	v	o	n	d	m	a	a	l	o	m
v	p	y	r	r	y	u	n	e	h	u	b	x	d	y

Pasen  
kuiken  
lente  
tulp

paashaas  
wortel  
konijn  
narcis

chocolade  
eieren  
mand  
avondmaal

Jezus  
opstanding  
discipelen  
kruis

# Woordzoeker Pasen!



P a s e n

l e n t e r z

a m a n d p o o k

e i e r e n k l e u x

w v k o n i j n t k m o

k u i k e n x u e d b

i e v f b u l n t

e h o k p



Pasen  
kuiken  
lente  
tulp



mand  
eieren  
konijn  
zoeken



# WEETJES OVER... KIPPEN

Kippen zijn heel bijzondere dieren. Wist je bijvoorbeeld dat de kip de meest voorkomende vogel op aarde is? Er zijn namelijk bijna drie keer zoveel kippen als mensen. Meer fascinerende feitjes? Lees dan verder om de kip beter te leren kennen.

## 1. Bosdieren

Kippen zijn van nature bosdieren; ze stammen af van het rode kamhoen uit Zuidoost-Azië. Wilde kippen besteden een groot deel van hun tijd aan scharrelen op zoek naar voedsel, waardoor ze grote afstanden moeten lopen. Dat kippen van scharrelen houden, is ook terug te zien aan de kippen die in gevangenschap leven. Daarnaast klimmen wilde kippen graag in bomen om te slapen, dit doen ze zodat ze 's nachts beschermd zijn tegen roofdieren. Die instincten zien we nog altijd terug bij de kip uit de veehouderij; dat is namelijk ook de reden dat zij op stok gaan om te slapen.

## 2. Kleurrijk

Kippen hebben kleine oogjes, maar zien meer kleuren dan wij. Het netvlies van een mens bestaat namelijk uit drie verschillende soorten lichtgevoelige cellen, terwijl het netvlies van een kip uit wel vijf soorten lichtgevoelige cellen bestaat! Nog iets bijzonders over het zicht van kippen is dat zij tegelijkertijd iets in de verte kunnen zien, en dichtbij. Wij zouden de wereld graag eens door kippenogen willen bekijken!





### 3. Een uitgebreid woordenboek

Het woordenboek van de kip is erg uitgebreid. Op dit moment kunnen we al 24 verschillende stemgeluiden onderscheiden, en er zijn er waarschijnlijk nog veel meer! Met al die verschillende stemgeluiden communiceren ze onder andere met elkaar over voedsel, gevaar, paren en nesten. Onderlinge communicatie is voor kippen erg belangrijk.



### 4. Nooit te vroeg om te beginnen

Terwijl de kuikentjes nog in hun ei zitten, praten ze al tegen hun moeder. Dit doen ze door piepgeluidjes te maken. De moeder kan zo reageren op een kuiken dat bijvoorbeeld geluiden van ongemak maakt, door het ei te verplaatsen.

### 5. IJzersterk geheugen

Het geheugen van kippen is erg goed. Ze kunnen wel honderd soortgenoten herkennen en onthouden. Daarnaast herkennen ze ook elkaars sociale status in de groep. Kippen leven namelijk in een duidelijk sociaal systeem, genaamd de pikorde.

### 6. Dinosaurussen

Kippen zijn nauw verwant aan de dinosaurussen; ze hebben over het algemeen weinig genetische veranderingen ondergaan ten opzichte van de dinosaurussen. Het patroon in het DNA van kippen lijkt van alle vogels het meest op het DNA van de vliegende dinosaurussen.

### 7. Survival of the kippest

Ook in de kippenwereld geldt survival of the fittest. Dit betekent dat de zwakste kip wordt gepikt en verstoten door zijn soortgenoten. Dit heeft te maken met het feit dat een zwakke wilde kip roofdieren zou aantrekken.

### 8. Het verhaal achter bruine en witte eieren

Is het je wel eens opgevallen dat het ene ei bruin is, en het andere ei wit? Dit heeft te maken met de kleur van de oorlellen en van de kleur van de kip. Donkere rassen leggen namelijk bruine eieren terwijl lichtere rassen witte eieren leggen. Nu is het tegenwoordig zo dat puur witte en puur bruine rassen zeldzaam zijn. Daarom wordt er nu vaak gekeken naar de oorlellen van de kip, omdat deze een goede kleur indicatie van het ei geven. Een kip met donkere lellen legt bruine eieren, terwijl een kip met lichtroze lellen witte eieren legt. Grappig toch?



### 9. Een vleugje Italiaans

Kippen die in een natuurlijke omgeving leven, brengen de dag door met het eten van torren en kevertjes en slurpen grassprietten op alsof het spaghetti is!

### 10. Een relaxed stofbad

Kippen zijn dol op het nemen van een stofbad in een zelf gegraven kuultje. Doordat de kip in het stof rolt en fladdert, blijft de isolatie van de veren op peil en worden parasieten bestreden. Het eerste wat kippen doen als ze vrijgelaten worden na een heel leven in een klein hokje, is een stofbad nemen!



# WE NAMEN AFSCHEID VAN

Ferdinand Bosmans

Ludvica Verboven

Maria Adams

Eddy Verswyvel

Julien De Wit

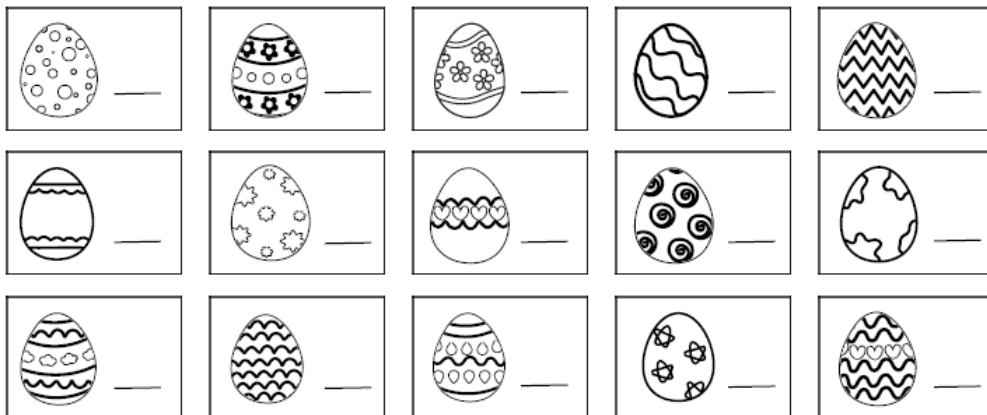
Julia Peeters





# QUIZ

Zoek bij elk ei onderaan het juiste aantal.



# MOPPENTROMMEL

Een groep toeristen maakt een lange zeereis. Op een gegeven moment vaart het schip langs een klein eilandje. Op dat eilandje staat een man in gescheurde kleren en met een lange baard te springen en te zwaaien, waarop de kapitein zegt: 'Dat is de vriendelijkste man die ik ken. Steeds als ons schip langs hem vaart, staat hij te zwaaien!'

'Wat voor weer is het vandaag?' vraagt Lies aan Henk als ze wakker wordt. Henk schuift het gordijn open. 'Ik kan het niet goed zien, want het is heel erg bewolkt!'

Een dief staat voor de rechter. Die vraagt hem: 'Ik zie hier dat u niet alleen geld, maar ook horloges en juwelen hebt gestolen, klopt dat?' 'Jazeker', zegt de dief. 'Mijn vader zei altijd: van geld alleen word je niet gelukkig!'

Een man komt bij het tankstation en vraagt aan de medewerker: 'Hoeveel kost een druppel benzine?' Zegt de medewerker: 'Een druppel is gratis, meneer.' 'Mooi, druppel mijn auto dan maar eens lekker vol', zegt de man.

