

Nieuwjaarsreceptie(s)

Op woensdag 12 januari konden de bewoners, ieder op hun afdeling, genieten van bubbels en lekkere dessertjes.

Corona liet het nog niet toe om samen te vieren, maar feesten kunnen ze ons niet afnemen!

We passen ons aan en kijken hoopvol uit naar betere tijden, zodat we terug samen mogen vieren.

Nog even volhouden, lieve bewoners!



Gedichten en nieuwjaarswensen

In de editie van januari '22 vroegen we in de Pret & Verzet een gedichtje, tekstje of rijmpje te maken rond het nieuwe jaar. Hieronder enkele inzendingen.

Voor het nieuwe jaar
Wens ik iedereen
Gelukkig nieuwjaar
Voor geschenken
Waar je ook zult gaan
De zon zal voor je schijnen

Alfonsina Van Den Bossche

De kostbare dingen in het leven
Wil ik met Nieuwjaar iedereen geven
Vriendschap, gezondheid en hoop
Want die zijn nergens te koop!
Ik wens u een jaar
dat zacht als zijde is
Ik wens u een jaar
Dat als het voorbij is
Een zalig jaar
Voor u en mij is!

Mia Timmermans

Wat verwacht ik van dit nieuwe jaar?
365 gewone, mooie, lichte en warme dagen zomaar.
Gezondheid voor iedereen in De Regenboog,
Een 4de prik, de vaccinaties gaan omhoog
Vriendschap en liefde in alle kleuren,
Iedereen welkom,
Dat de regenboog mag openen al zijn deuren.

Jan De Meester



Hoop doet leven.
We drinken op het nieuwe Jaar en hopen dat we heel
binnenkort elkaar weer gewoon kunnen knuffelen.
We drinken op het nieuwe Jaar en wensen elkaar een
goede gezondheid en heel veel geluk...
We drinken op het nieuwe Jaar en hopen stillekes dat
we er volgend jaar nog bij mogen zijn.

Anoniem

Verder in dit nummer:

PAGINA 2

De keukenteam-smiley



Dringende oproep



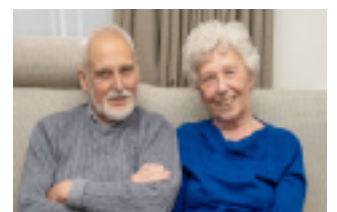
Winter

102 jaar



PAGINA 3

Valentijn



Winterwandeling



PAGINA 4

Volksverhalen



Pret en Verzet



Het keukenteam valt in de prijzen



In november 2021 kregen de keukens van De Regenboog een controle van de firma Foodcheck.

In opdracht van het Federaal Agentschap voor de Voedselveiligheid (FAVV) controleerde deze firma, zowel in de centrale keuken als op de afdelingen, of de autocontrolesystemen optimaal werken.

Met enige fierheid kan de directie van WZC De Regenboog u melden dat zowel de centrale keuken als de afdelingskeukens beschikken over een geloofwaardig autocontrolesysteem dat gevalideerd en gecertificeerd is.

De Regenboog is vanaf nu dan ook in het bezit van de "smiley" van het FAVV. Elke smiley draagt een uniek identificatienummer en is 3 jaar geldig, wat overeenstemt met

de duur van het certificaat. Indien het certificaat tijdens die 3 jaar wordt ingetrokken, dan wordt de smiley tegelijkertijd ook ingetrokken. U vindt de smiley, samen met het certificaat, terug in de inkomhal van het WZC.

De smiley is een teken van vertrouwen voor de consument. Het visuele teken geeft de bewoners en familie van De Regenboog de garantie, dat de voedselveiligheid van de producten optimaal is en het laat zien dat het WZC er alles aan doet om aan hun verwachtingen op het vlak van voedselveiligheid te voldoen.

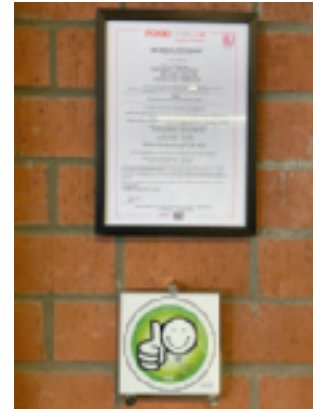
Natuurlijk krijgt het WZC de smiley niet zomaar! De Regenboog moet daarvoor voldoen aan een aantal vereisten.

De autocontrole is het geheel van maatregelen, die door het WZC worden getroffen om ervoor te zorgen dat de producten in alle stadia van de productie, verwerking en distributie voldoen aan de wettelijke voorschriften op het vlak van:

1. voedselveiligheid (registratie van temperatuur koelcel, diepvries, koelkasten op afdelingen en klaarge maakte gerechten; procedure ontsmetten en kuisen)
2. kwaliteit van de producten

3. traceerbaarheid van producten in functie van kwaliteit en vervaldatum
4. meldingsplicht aan FAVV bij niet-conforme producten

Het voornaamste doel van een autocontrolesysteem is op een oordeelkundige en realiseerbare manier alle mogelijke gevaren te beheersen die in het gehele productie-, verwerkings- en distributieproces kunnen voorkomen. De invoering en toepassing van een autocontrolesysteem in het WZC, is een wettelijke verplichting (Koninklijk Besluit van 14/11/2003 betreffende autocontrole, meldingsplicht en traceerbaarheid in de voedselketen).



Het behalen van deze smiley is de verdienste van het hele keukenteam en van alle gastheren, gastvrouwen en andere zorgmedewerkers, die verantwoordelijk zijn voor het maaltijdgebeuren op de afdelingen. De voeding voor onze

bewoners vraagt elke dag immers onze grootste zorg.

Marc Truyens

Winter

Buiten nog steeds geen sneeuw. Gelukkig kunnen we in onze inkom al weken genieten van dit mooie winterlandschap.

Dankjewel, Guido en Jose om de seizoenen steeds weer naar binnen te brengen!



102 jaar

Jos Elsen mocht op 19 januari jl. 102 kaarsjes uitblazen.

Dikke proficiat!

Daar drinken we graag een glaasje op!



Een dringende oproep



Sinds medio vorig jaar mogen er weer vieringen doorgaan in onze kapel.

Tweemaal per week komen bewoners daar samen om ons christelijk geloof te vieren. We proberen een fijne sfeer te scheppen, met name door de keuze van passende muziek.

Het doet bewoners deugd om er een- of tweemaal per week even uit te zijn en te vertoeven in de gewijde sfeer van onze kapel, de stille ruimte in ons bedrijvige Woon Zorgcentrum.

Veel bewoners gaan graag naar de kapel. Echter, de meeste kunnen er niet meer op eigen kracht geraken. Ze hebben het nodig dat ze opgehaald en nadien weer teruggebracht worden.

En daarvoor zijn mensen nodig, pastorale vrijwilligers die mensen een dienst willen bewijzen door het voor hen mogelijk te maken om samen te komen in geloof.

Helaas komen we helpende handen tekort, mensen die in staat en bereid zijn om naar de afdelingen te gaan en bewoners in een rolstoel voort te duwen.

U doet er onze bewoners zeker een plezier mee en ook voor uzelf kan het weldadig zijn om af en toe een viering bij te wonen.

Kost het veel tijd? De vieringen in onze kapel beginnen steevast om 10.30 uur. Vanaf tien uur gaan we mensen ophalen. Niet eerder want dan moet men te lang wachten in de kapel voordat de dienst begint. De viering duurt een half uur hooguit drie kwartier. Tegen halftwaalf is iedereen weer terug op de afdeling. Het kost u dus 1,5 uur per keer.

Er zijn twee vieringen per week, Als u tweemaal per week wilt komen helpen is dat natuurlijk welkom, maar het is niet minder welkom als u zegt, eenmaal per week wil ik dat wel doen. Of ook als u zegt, alleen op die dag of die dagen in de week kan ik mij vrijmaken.

De diensten zijn namelijk niet op vaste dagen. We kiezen bewust voor wisselende dagen om alle bewoners de kans te geven om regelmatig deel te nemen. Anders zou het steeds kunnen botsen met andere activiteiten waarmee onze bewoners te maken hebben.

Wilt u pastorale vrijwilliger worden of daar eens over praten. Laat het mij dan a.u.b. weten. U bent van harte welkom. En nogmaals, u doet er onze bewoners en wellicht ook uzelf een plezier mee.

Bert Thönissen,
pastoraal werker

Valentijn met Greta en Toon



Toon De Backer en Greta Van Den Broeck

Als liefde zoveel jaar kan duren, dan moet het echt wel liefde zijn!

Op veertien februari vieren we Valentijn. De dag van de verliefden. Hoe liefelijk is de liefde? Ze geeft kleur aan het leven, dat soms een saaie zwart-wittekening is. Het is niet altijd makkelijk om het juiste kleurpotlood te vinden. Iedereen is er naar op zoek. Soms komt de liefde opzetten als een orkaan, waarop ze al even vlug als een zeepbel uit elkaar spat. Dan weer smelt ze als een zomerijsje op het strand, waar alleen het hoorntje nog van over blijft. Soms ontluikt ze langzaam en gestaag, zoals een rups in een vlinder ontpopt met kriebels in de buik. Waar woorden ontbreken, vinden lippen elkaar in een zoen. Zoenen geven zuurstof aan de bloedsomloop en het hart. Liefde wordt een vorm van ademen, waarbij geliefden opgelucht en blij worden. Een bruidsboekje dat altijd vers blijft. Een fles wijn die beter wordt met de jaren. Een kruik die nooit leeggeraakt. Toon en Greta proeven al 62 jaar van deze lieflijke liefde, die geen vervaldatum kent. Jaren gaan voorbij, maar de liefde blijft. Met plezier draaien ze de klok terug naar het prille begin. Ik mocht even meereizen in de tijd. De goede oude tijd.

Voor de allereerste herinneringen van hun liefde spoelen

we terug naar de deur van de boekenwinkel van de ouders van Greta, die plots opengaat. Toon komt een telegram bestellen. Greta tekent voor ontvangst. Het was geen liefde op het eerste gezicht, maar de kiem was gelegd. Toon leverde daarop met de regelmaat van de klok een telegram, waarvoor hij van Greta steeds een fooi kreeg. Greta was de oudste dochter van een gezin van acht kinderen en daardoor was ze al heel vroeg ingeschakeld in het huishouden en de boekenwinkel van haar ouders. Toon hielp in het café van zijn ouders, die ook een taxibedrijf runden. Hij wou graag uitvliegen en piloot worden, maar omdat piloot iets te hoog gegrepen was, bouwde hij een succesvolle loopbaan van weerkundige of meteoroloog uit, met het hoofd steeds gericht op de wolken, bij de luchtmacht van Kleine-Brogel en Evere. Het was de tijd van de bals. Elke week was er wel een bal. In Burcht of op Sint-Anneke. Daar zoenden ze de eerste keer.

Er zouden nog duizenden zoenen volgen, even innig en trouw. Trouw schreef Greta liefdesbrieven, waarvan de aanhef steeds begon met 'Liefste Toon,'; waarmee weerom de juiste toon was gezet. Toon schreef niet makkelijk, omdat zijn woorden bleven haperen in zijn pen. Hoewel de liefde hen de vleugels gaf van tortelduifjes met kriebels in de buik, toch

beheersten ze 'braaf' het spel. Trouwen was iets dat het bloed van Toon sneller deed stromen en na een periode van ontlukkende liefde zwichtte Greta en beaamde het verzoek en de knieval van de aanstaande bruidegom. Op 6 mei 1959 gaven de geliefden, onder de toestemming van beide ouders, de betekening van de getuigen en de zegen en de kwispel van de pastoor van de H. Martinuskerk te Burcht hun ja-woord. Na een huwelijksreis in Tirol, waarvoor Toon stiekem had gespaard, namen ze hun intrek in een appartementje in de buurt van hun ouders. Ze installeerden zich, gaven stof en kleur aan het interieur, besloten wie er links en rechts in bed zou liggen en wie er als laatste het licht zou uitdoen, en legden zich te slapen alsof ze elkaar nooit nog zouden loslaten. Oefening baart kunst en kinderen. Een goed jaar later werd Christ'l, hun eerste kindje geboren. De aanhouder wint en er volgden nog twee meisjes, Katelijne en Els. 'Drie schatten van kinderen'; zegt Greta zo fier als een gieter. Greta ontpopte zich als openhartige spreekbuis met het hart op de tong, terwijl Toon eerder met een luisterend oor, soms een half oor, in stilte volgde. Als er woorden tekort schieten, kan je het nog altijd met een bloemetje zeggen. Bij de een leeft het meer aan de binnenkant en bij de ander aan de buitenkant. 'Trouwen is houden, in goede en kwade dagen, voor eeuwig en drie dagen, tot de dood ons scheidt'; zegt Toon heel vastberaden. 'Vandaag is het anders. Als ze al trouwen is het met een contract en schikkingen, instant met geprepareerd fast-food en een getatoeëerd hart op de pols, te consumeren binnen houdbaarheidsdatum.'; schertst Toon lachend.

'Het zijn andere tijden', zegt Greta. 'Het was bij ons ook niet altijd rozengeur en maneschijn, maar met de mantel der liefde

kun je veel bedekken'. Het is stil, waar het niet waait. De warmte en het geduld van de liefde laat altijd de kilte en het ijzige van de boosheid ontdooien. Niemand is gebaat bij een ruzie. Iedereen heeft slapeloze nachten en kent de eenzaamheid van het staren naar het plafond, maar zolang je laat zien dat je iemand graag ziet, zit het goed. Deze liefde hebben we ook aan onze kinderen doorgegeven.' We leefden intens en zaten niet stil; werkten hard, we hebben ook nog een tijdje 'Rerum Novarum' opengehouden, we zongen in een koor, liepen een marathon, reisden, fietsten, deden aan politiek, ontvingen vrienden en familie en er werd altijd veel gelachen!

Vijf jaar geleden hebben we ons geliefde huis, waarvan de muren, het behang, de meubelen, de burens en vrienden ons zoveel jaren vertrouwd waren, na lang beraad, achtergelaten. We hebben onze intrek genomen in De Mantel. Onze kinderen hebben ons bij de verhuizing met hart en ziel, woord en daad bijgestaan. We zagen dat ze ons graag zagen. Het mooiste geschenk op aarde.

Nu wonen we drie hoog in de wolken. Ja, daar wonen wij. Onder ons de wereld heel ver maar ook dichtbij. Met kasten vol boeken, een familiefotoboek, die geluk, weemoed en herinneringen omsluit en omarmt. Een venster van waaruit je over daken kan zien. Tot over de Schelde, over de stroom, waar ons liefdesbootje met bruidsboekje nog steeds sluimerend dobert. Over het water vliegen twee zwanen de zonsopgang tegemoet. Elkaar eeuwig trouw over de dood heen.

Als liefde zoveel jaar kan duren, dan moet het echt wel liefde zijn.

Johan Bral

Winterwandeling

Samen met enkele bewoners van topaas gingen ergotherapeute Lore, kinesist An en fotograaf Gerrit op winterwandeling. De bedoeling was even stil te staan dat het in tijden van corona belangrijk is om zoveel mogelijk zuurstof en buitenlucht op te nemen en te genieten van de natuur.

Goed ingeduffeld met dikke truien, mutsen, handschoenen, sjaals, jassen gingen ze met z'n allen de tuin in. Sommigen ook nog extra gedekt met het mooie, rode, warme dekentje, dat alle bewoners in De Regenboog hadden gekregen als kerstcadeau.

Wij, paramedici, weten hoe belangrijk het is om samen met de bewoners in beweging te blijven en het is nog eens zoveel aangenamer om dit in openlucht te doen. De leuke, mooie en positieve reacties van bewoners en familieleden gaven voldoening en waren een stimulans om dit meermaals te organiseren.

Dus noteer donderdag 17 februari '22 alvast in jullie agenda, want dan is het dikke truiendag. Doe je warmste trui aan en maak ook eens een fijne wandeling!!!



Volksverhalen uit Zwijndrecht



Lang geleden waren de winter- nachten koud en donker. De kleine huizen en hutten van de gewone mensen werden ver- warmd met een open haard. Die diende tevens als 'fornuis', want boven het vuur hing overdag een grote ketel, waarin een maaltijdsoep werd bereid.

's Avonds zaten de inwoners, familie en burens in en rond de open haard en werden er ver- halen verteld. Vaak hadden die verhalen een duistere onder- toon en was het onderwerp een onnatuurlijk fenomeen. Met de jaren werden de verhalen aan- gedikt met griezelige details en ontstond er een heel dunne lijn tussen werkelijkheid en fantasie.

Een belangrijke categorie van de volksverhalen zijn de legendes. Die hebben traditioneel een christelijke achtergrond. In de legendes is een centrale rol weggelegd voor Jezus, Maria, een heilige of een heilig voor- werp. Een voorbeeld is de le-

gende van de Onze-Lieve-Vrouw van Gaverland.

Een tweede categorie zijn de sagen (van het Middelneder- landse woord "sage" of "zage", wat betekent: "wat men zegt"). Sagen zijn meestal een korte vertelling, die gebaseerd is op een historische kern en een flinke dosis volksgeloof. Het verhaal speelt zich af in een bepaalde streek of op een ge- kende plaats en bevat vaak onnatuurlijke elementen, zoals reuzen, kabouters, weerwolven, heksen, tovenaars, duivels enz. De stad Antwerpen heeft een heel gekende sage: Brabo en de reus Antigoon.

Dan zijn er nog de mythen (van het Griekse woord "mythos: "het gesproken woord"). Mythen zijn verhalen waarin de goden, half- goden, helden en andere bi- zarre wezens een rol spelen. In onze contreien kennen we de verhalen over Lange Wapper (Antwerpen) en Kludde (Aalst en omstreken).

In de volgende edities van Samen Thuis vind je een aantal typische volksverhalen uit Zwijndrecht. Ze werden tussen 1966 en 1970 verzameld en opgenomen in de Vlaamse Volksverhalenbank van de KU Leuven. Om het authentieke karakter van de verhalen te

bewaren, worden ze in het "Zwindregts" dialect getoond.

De lange vrouw

Dit verhaal vinden we terug in de Volksverhalenbank en in het artikel "Zeg eens iets... volksver- halen uit Burcht en Zwijndrecht" van Nadia Waumans in het Jaar- boek 2014 van de Heemkun- dige Kring Zwijndrecht Burcht. Daarin wordt het verhaal verteld in een soort Oostvlaams dialect. We hebben het hieronder ver- taald naar het "echt" Zwindregts dialect.

"Op de weg van Melse naar Zwindregt eter altid een lange vrouw gespoêkt. En der was ies de Cis van 't durp en die ging vrijn in Buircht. En da was ne vriên duvel, die was nooit van niemand nie benaut. Op nen kiêr was ij te lank in Buircht blijve plakken en den moest ij nog terug naor uis in den pikkendoonkere. Nou komt ij daor aon een brugske datter nou niemeêr is. As ij derover wilt gaon springt der ineês die lange vrou veur em. En de Cis, die-adaanders nog nie van den duvel benaut is, verschoot zoê dat ij in iene kieêr terug naar Buircht liep en den is ij ginder 's nachts gebleve en den dag nadien 's maares is ij dan terug naar uis gekomme langs ne groêten omweg."

Een andere inwoner van Zwijndrecht (*) getuigde: *"Elken nacht liep de lange vrou over de muur van 't kaarkhof. De meinsen dierven nie meer langst kaarkhof goan, zoêne schrik hadde ze dervan. Et was de ziel van een vrou, die giên rust kon vinnen in heur graf en daorum elken nacht over de muur kwam waandelen.."*

Juul Kashaufel

Dit verhaal werd verteld door Leonie (Maria) Van Raemdonck, bewoonster van afdeling Robijn.

*"Toen da'k klaan was, woônde der in e klaan stalleke tegen de patechee (**) ne kunsteneir: de Juul Kashaufel. Der was nen deurgang naor e paor klaan uskes. In ien van die uskes woênde den Dhondt. Da stalleke had ieên venster en een lieêge deur, ge kon daor mee moeite recht staon. Der stond oôek ne canapee en der waoren veel boeken. De Juul was altid chiek gekliêd, gelijk nen ieêr en der wier gezeet dat hij Russisch kon. Op een gegeven momeint moest da stalleke waoren afgebroken en de Juul kwam noêt nie miêr terug."*

(*) Volgens Ria Cambré was dit Pieter Bernaers, Zwijndrechts heemkundige
(**) Patisserie Van Rumst

Bernard Verhelst

Pret en Verzet

Los deze quizvragen rond het thema biologie op:

Hoe noemen we de 2 grote luchtzakken in ons lichaam?

Onze hersenen worden goed beschermd door een stevig been. Wat is de naam van dit kogelvormig been?

Het uiteinde van onze vingers en tenen wordt beschermd door de ...

Ons bloed wordt door gans ons lichaam geduwd door een pomp. Hoe heet die pomp?

Ons lichaam bestaat vooral uit water. Hoeveel liter moeten we elke dag drinken?

Om te proeven of het eten en drinken lekker is, gebruiken we onze...

Ons bloed bestaat uit 2 soorten cellen. Welke?

Wanneer klopt je hart het vlugst? Als je wandelt of als je slaapt?

Welke 2 delen van ons lichaam zorgen voor ons evenwicht?

Welke vogel krijgt een roze kleur door het eten van garnalen?

Antwoorden:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

NAAM Afdeling/kamer/ assistentiewoning

Oplossing:

Geef ten laatste op 20 februari je oplossing af aan een medewerker van animatie of ergo. De winnaar krijgt een waardebon voor een pannenkoek en koffie voor 2 personen.

De winnaar van de vorige editie is : Mevr. Alfonsina Van Den Bossche van afdeling amethist kamer 542