

Pannenkoeken!

Tradities zijn er om in eer te houden.

Zelfs wanneer Lichtmis op zondag 2 februari valt, verschuiven wij met heel veel plezier het pannenkoekenfeest naar maandag 3 februari.

Vanaf 8u begon het keukenteam met het bakken van de meer dan 400 pannenkoeken. Zo konden we 's middags alle bewoners trakteren op een overheerlijke pannenkoek. De mooie ronde, goudgele pannenkoeken die verwijzen naar de zon en het licht, toverden op ieders gezicht een stralende glimlach. Ook voor de bewoners met slikproblemen werden er lekkere IDSSI pannenkoeken bereid.

DJ Luc maakte het geheel compleet met een streepje vrolijke muziek!
Wat een feest!

Veerle Verhelst
Wonen en Leven



Pagina 2: Woordje van een bewoner - Gedichtendag

Pagina 3: Pastoraal - Familieraad

Pagina 4: Kunstacademie - Sjakie en de chocoladefabriek

Pagina 5: Week van de Vrijwilliger

Pagina 6: Vacatures en nieuws

Pagina 7: De Lente - Ontspannen in de infraroodcabine

Pagina 8: Agenda - Pret en Verzet

Woordje van een bewoner



De zon

Nu is het nog koud, maar het begint te kriebelen, we willen zon, heel veel zon! We snakken naar mooi weer.

Weer om buiten te komen, plantjes te zaaien, onze balkons op te fleuren met kleurrijke bloemen. Ook al hebben we ze niet graag, de bijtjes nemen we er graag bij.

Als de koude korte winterdagen voorbij zijn, kunnen we eindelijk genieten van de eerste mooie lentedagen. Met veel licht van de zon, frisse geuren van de bomen en het jonge leven in de tuin.

Dan kunnen wij ook weer genieten van de mooie natuur in de tuin van De Regenboog.

Ik kijk alvast uit naar de lente! Jullie ook?

Op een warme, fijne lente!

Rune Donckers
Afdeling Saffier

Gedichtendag



**Ik zou graag willen dichten
over schaapjes 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 wel iets te
verzinnen,
maar niet waar ik moet stoppen
en waar ik moet beginnen. (*)**

Het was een fijne dag.

Een namiddag vóór en dóór onze bewoners, hun geliefden en familieleden, enthousiaste vrijwilligers en medewerkers.

Samen één team in verbondenheid met poëzie, een vleugje muziek, een lach en een traan, straffe en gedurfde prestaties van onze bewoners en respect voor mekaar.

Naast de klassiekers, mochten ook gedichtjes zoals de Babbelkous (over een muisje) en de Drie Mussen niet ontbreken.

“Daar komt de lente”, zingt Jan De Wilde. Nog even en we laten die lange winterperiode weer achter ons. Dan komen we terug buiten om te genieten van de ontluikende natuur en - hopelijk - een stralend lentezonnetje.

We staan er alvast klaar voor.

Anita De Vogelaer
Wonen en Leven

(*) www.knipoog.nu



Woordje van de pastor



Op vrijdag 31 januari hebben we met een zang- en communiedienst, het startschot gegeven voor het jubeljaar in onze kapel. Het mooie lied van het

jubeljaar werd aangeleerd en enkele inspirerende, hoopvolle teksten hebben ons geleid in de bezinning. Dank aan alle aanwezigen en betrokkenen! We maken ons intussen stilaan klaar voor de Vasten. Op woensdag 5 maart, Aswoensdag, bent u allen zeer welkom in de eucharistieviering om 10.30u. Pater Willy Gunst zal deze dienst voorgaan. Ook dit jaar willen we de Vasten en de Goede Week zo mooi mogelijk verzorgen. Noteer alvast dat we Witte Donderdag (woord- en communiedienst om 10u30), Goede Vrijdag (kruisweg om 15u) en Pasen (eucharistieviering om 10.30u) samen vieren in de kapel.

We zijn ook heel dankbaar voor de vele vrijwilligers en personeelsleden, die bereid zijn om bewoners naar de kapel te begeleiden en de dienst te ondersteunen. We zien dat jullie graag deelnemen. Voel jullie allemaal zeer welkom. Hier en daar kunnen we nog helpende handen gebruiken om bewoners naar de kapel te brengen, om te lezen tijdens de diensten (ook bij uitvaarten), om mee communie uit te reiken, om de kapel aan te kleden,... Heb je zin om ons daar in bij te staan? Laat het ons weten!

Noteer ook alvast dit. De week na Pasen, op 27 april, willen we graag onze nieuwe Maria (buiten-) kapel

plechtig openen. Er is die ochtend een eucharistieviering en er volgt ook een feestelijk luik op donderdag 22 mei in de namiddag. Iedereen is van harte welkom!

Ook de bedevaart naar Gaverland, met het treintje, staat reeds gepland op 7 en 8 mei. We zullen jullie op de hoogte houden.

Marc Wieme
Pastor



De familieraad

Op woensdag 29 januari en donderdag 30 januari 2025 zijn we gestart met een familieraad. 28 familieleden, 2 bewoners en enkele medewerkers namen deel.

Eerst werd een enquête verzonden naar alle familieleden om te polsen naar de interesse in de familieraad en de onderwerpen die hierbij besproken kunnen worden. Volgende onderwerpen kwamen naar voor: maaltijdzorg, uitstappen/animatie, communicatie, verzorging, houding medewerkers, ... Op de eerste bijeenkomst was het thema: "communicatie".

We geven jullie een kort verslag van de meest gegeven antwoorden. Met deze antwoorden gaan we intern aan de slag. Indien je een meer uitgebreid verslag wenst, kan je dit vragen aan het onthaal.

"Waarover wil je geïnformeerd worden?"

1. Interne communicatie/communicatie op de afdeling
2. Gezondheidstoestand van de bewoner.
3. Medicatie.
4. Het woonzorgplan.
5. Huisartsbezoek.

Op welke manier wil je geïnformeerd worden?

1. Multi Disciplinair Overleg – overlegmomenten met medewerkers – spreekuur
2. Via e-mail, telefonisch, via de website.
3. Heen en weer boekje voor elke bewoner.
4. Spontaan bij persoonlijk contact.
5. Lichtje aan de deur bij verzorging laten branden.

Marc Wieme
Pastor

De kinderen van de kunstacademie kwamen op bezoek

Op 22 februari was het de Dag van de Academies. In de lijn van het thema Play daagde ambassadeur Charlie Dewulf alle academies uit voor een spel één tegen allen. Alle academies samen hadden 25 uitdagingen te vervullen om het spel te winnen.

Wij kozen voor uitdaging 13: "Maak kunst toegankelijk voor mensen die er normaal niet of moeilijker van kunnen genieten".

Elke zondagvoormiddag komen de kinderen van de 1ste en 2de graad samen in het Beeldatelier in Zwijndrecht in het oude OCMW gebouw aan Dorp Oost. Dit gebouw ligt op een boog-scheut van WZC De Regenboog en leek dus een prima locatie om onze uitdaging te volbrengen.

Voor één keer werd het ontmoetingscentrum van De Regenboog ons tekenatelier.

Om binnen het thema 'play' te werken brachten de kinderen hun eigen speelgoed mee. Uit de reminiscentiekoffer kozen de bewoners speelgoed van vroeger.

Zo kregen we een toffe interactie tussen oude tolleren en spiderman, tussen poppen met zijden jurken, en knuffeldieren met fluo stippen.

De kinderen genoten van het oude speelgoed, van het helpen, het samen tekenen en het luisteren naar de verhalen en mopjes van de bewoners. De bewoners genoten enorm van de energie en het talent van onze kleine en jonge kunstenaars. Ze maakten samen tekeningen waarin speelsheid en verbondenheid centraal staan.

De interactie en de heerlijke innerlijk rust van die zondagmorgen vragen naar meer!

Gudrun Somers



Sjakie en de chocoldefabriek

"Chocolade, Cho-co-la-de, Cho-co-la-de, Chocolade !

Zo begon de musical die we met een aantal bewoners mochten bijwonen in het jeugdhuis Den Trechter. Het waren de leerlingen van het tweede leerjaar van de lagere school De Krinkel die ons uitnodigden om te komen kijken naar hun jaarlijks spektakel en daar gingen we graag op in.

Het kinderboek van Roald Dahl werd al een paar keer verfilmd en de musical is een echte kaskraker.

Het verhaal van Sjakie kent iedereen: de arme jongen vindt in een reep chocolade een gouden toegangkaart tot de chocoldefabriek van Willy Wonka. Hij komt er in contact met de andere vier (verwende) kinderen en het werkvolk van Willy Wonka: de Oempa Loempa's. Uiteindelijk krijgt Sjakie de sleutel van de fabriek en wordt hij de nieuwe eigenaar.

De voorstelling was fantastisch. We hebben genoten van de zang-, dans- en acteerprestaties van de kleine, grote acteurs. Zij hebben dat super gedaan en bezorgden de bewoners van De Regenboog een mooie namiddag.

Een van onze bewoners zag zijn achterkleinkind op het podium het beste van zichzelf geven. Een terecht fiere opa!

We willen De Krinkel hartelijk danken voor deze fijne uitnodiging en hopen volgend jaar weer van de partij te mogen zijn.

Ann Heyrman
Wonen en Leven



Week van de Vrijwilliger



Van 1 tot en met 9 maart worden de vrijwilligers extra in de bloemetjes gezet tijdens de Week van de Vrijwilliger. Het Vlaams Steunpunt Vrijwilligerswerk creëerde in 1986 deze campagne om het vrijwilligerswerk te promoten. Bijna dertig jaar later is de nood aan vrijwilligerswerk in onze maatschappij nog even actueel.

Dit jaar is het thema van de Week van de Vrijwilliger:

“Vrijwilliger, jij bouwt onze wereld!”.

Op de website van het steunpunt lezen we:
“Vrijwilligers maken de wereld beter en mooier. Zij zijn de echte bouwstenen van onze maatschappij. Dankzij hun inzet, motivatie en kracht maken ze het verschil.”

In De Regenboog

Ook in WZC De Regenboog zijn de vrijwilligers onmisbaar. Hun helpende handen zijn nodig om de vele initiatieven van de dienst Wonen en Leven tot een succes te maken. Denk maar aan de uitstappen tijdens de lente en zomer, aan de gezellige feestjes, quizzen en optredens in het Ontmoetingscentrum, aan de zangstonden in de Kapel, aan de creatieve hulp op de afdelingen en aan de sociale momenten met het voorleesteam en de zorgbib.

Maar ook op logistiek vlak zorgen de vrijwilligers in De Regenboog voor een goed draaiende organisatie: de hulp op de afdelingen, achter de toog en aan de receptie, de redactie van de huiskrant, de decoratie van de inkomhall en de gangen, het bakken en braden tijdens de BBQ's, het nemen van foto's tijdens de activiteiten, het openhouden van het winkeltje, het ronddragen van de post, het besturen van het busje,... Enkele vrijwilligers engageren zich als spreekbuis van de vrijwilligers naar de directie toe en zorgen voor de communicatie met de vrijwilligers.

Het statuut van de vrijwilliger wordt in De Regenboog heel goed opgevolgd. Wie zich kandidaat stelt, krijgt tijdens een aangenaam gesprek met de verantwoordelijke voor de vrijwilligers een overzicht van de taken die de vrijwilliger - binnen de grenzen van het statuut - kan uitvoeren. Elke vrijwilliger is tijdens het uitvoeren van die taken verzekerd. Ook tijdens het traject tussen woonplaats en De Regenboog is de vrijwilliger verzekerd. De Regenboog voorziet regelmatig opleidingen en met Nieuwjaar is er een diner voor de vrijwilligers.

Wie kan vrijwilliger worden?

Het antwoord op deze vraag is eenvoudig: iedereen, behalve kinderen jonger dan 16 jaar. Wie een uitkering of steun trekt van RVA of OCMW, heeft een meldingsplicht en vraagt best toelating om het vrijwilligerswerk te mogen doen. Hetzelfde geldt voor iemand die een ziekte- of invaliditeitsvergoeding krijgt.

Waarom wordt iemand vrijwilliger?

Tijdens onze bevraging mochten wij wel vijf belangrijke redenen optekenen. Bijna iedereen noemde de persoonlijk voldoening: het werk in De Regenboog zorgt ervoor dat de bewoners gelukkiger zijn en hun levenskwaliteit verhoogt.

Als tweede reden kwam het sociale contact uit de bus. Niet enkel contact met de mensen die je helpt, maar ook met de medevrijwilligers. De derde reden sluit daar nauw bij aan: vrijwilligerswerk is leuk, uitdagend en afwisselend, en heeft een positieve impact op je mentale en fysieke gezondheid.

Heel wat vrijwilligers geven te kennen dat ze tijdens het vrijwilligerswerk dingen bijleren en vaardigheden ontwikkelen. Tot slot biedt het vrijwilligerswerk de kans om iets terug te geven aan de mensen of gemeenschap dat je nauw aan het hart liggen.

Heeft De Regenboog nog vrijwilligers nodig?

Dagelijks zijn er helpende handen te kort. Naast de professionele zorg voor de bewoners zijn er heel wat niet-zorgtaken die door een vrijwilliger kunnen worden uitgevoerd. Elke vrijwilliger kan vrij kiezen - volgens zijn of haar interesse, ervaring of vaardigheden - waar en wanneer hulp wordt geboden.

Wie geïnteresseerd is in vrijwilligerswerk in De Regenboog, neemt best zo snel mogelijk contact met: Veerle Verhelst, verantwoordelijke voor de Vrijwilligers (verhelstv@deregenboog.zkj.be)



Vacatures



ZORG-SAAM
ZUSTERS KINDSHEID JESU

Werken bij Zorg-Saam: een opmerkelijk dankbare werkplek.
Wil jij graag de Vlaamse zorgsector mee vorm geven? Dan hebben we de perfecte job voor jou. Een team van gedreven en betrokken collega's staat met open armen voor je klaar.
Interesse?
WZC De Regenboog biedt je de volgende jobs aan:

- Kinesist
- Bewegingstherapeut
- Directeur zorg en kwaliteit
- Ergotherapeut
- Hoofdverpleegkundige
- Verpleegkundig coach
- Verpleegkundige dagdienst of nachtdienst (voltijds of deeltijds)
- Verpleegkundige voor bewoners met niet-aangeboren hersenletsel (voltijds of deeltijds)

Meer info:
<https://jobs.zorg-saam.be/nl?location=Zwijndrecht>
Contact: Lieve Van Der Paelt, algemeen directeur, telefoon: 03 253 29 02, e-mail: vanderpaeltl@deregenboog.zkj.be.
Adres: Woonzorgcentrum De Regenboog, Regenbooglaan 14, 2070 Zwijndrecht

WZC De Regenboog



Wij herdenken in onze gebeden de overleden bewoners:

Van Houteghem Frans
- 26 januari 2025 -
afdeling Saffier

Van Geystelen Liliane
- 27 januari 2025 -
afdeling Turkoois

Schaekels Maria
- 27 januari 2025 -
afdeling Topaas

Noorts Kristiana
- 29 januari 2025 -
afdeling Robijn

Van Goethem Roger
- 30 januari 2025 -
afdeling Topaas

Van Goey Joanna
- 3 februari 2025 -
afdeling Robijn

Wens Irene
- 14 februari 2025 -
afdeling Robijn

De Bel Odette
- 16 februari 2025 -
afdeling Robijn



Volgende bewoners heten we van harte welkom in De Regenboog:

Everaert Irene
- 28 januari 2025 -
afdeling Smaragd

Smet August
- 29 januari 2025 -
afdeling Koraal

De Raeymaeker Simone
- 30 januari 2025 -
afdeling Turkoois

De Rycke Walter
- 6 februari 2025 -
afdeling Turkoois

Vercauteren Maria
- 11 februari 2025 -
afdeling Turkoois

Geerts Frans
- 14 februari 2025 -
afdeling Topaas



Op afdeling Saffier gingen de bewoners CREATief aan de slag met pitten en zaden.

Wat een leuke kunstwerkjes zijn dat geworden!

De lente



De lente is in het land. Het seizoen van vernieuwing, groei en verandering. De dagen worden langer en de vogeltjes maken ons 's morgens al fluitend wakker.

De lente is veel meer dan alleen een seizoen van bloemen en zonneschijn. Het biedt ons de kans om ons fysiek en mentaal te vernieuwen. Zonlicht helpt ons niet alleen bij de productie van vitamine D, maar bevordert ook onze gemoedstoestand en ons energieniveau. Het zet ons aan om meer te bewegen. Een gezonde geest in een gezond lichaam.

Tijdens het bewegen verbeter je je cardiovasculaire gezondheid, versterk je je spieren en botten en verbeter je je flexibiliteit. Dit zijn slechts enkele van de fysieke voordelen van beweging. Beweging bevordert ook je geestelijke gezondheid, het stimuleert de afgifte van endorfine, een stof die van nature pijn verlicht en gevoelens van welzijn stimuleert.

Dit verklaart waarom mensen zich vaak gelukkiger en minder gestrest voelen na het sporten. Bovendien kan beweging helpen bij het verminderen van angst, depressie en stress. Het verlaagt de productie van stresshormonen.

Bewegen kan je doen op verschillende manieren. Je kan een fijne wandeling maken. Iedere maand (vanaf april) wanneer de zon het toelaat, wordt dit georganiseerd hier in het WZC.

Als je wil mee wandelen, mag je dit laten weten aan het paramedisch team. Dan maken we samen een wandeling en halen we een frisse neus. Afsluiten doen we op een terrasje om ons te rehydrateren.

We bieden je ook de mogelijkheid om te fietsen op de duofiets of op onze elektrische rolstoelfiets. Wanneer je hier interesse voor hebt, mag je ook dit laten weten aan het paramedische team.

De lente biedt het perfecte decor voor buitenactiviteiten. Dus trek naar buiten, geniet van de zon en geniet van de frisse lucht. De natuur heeft zoveel te bieden.

Lore

Ontspannen in de infraroodcabine

Last van je spieren of van stress en zin om te ontspannen?

WZC De Regenboog biedt je de mogelijkheid om tot rust te komen in een infraroodcabine. Maar wat is dit moderne wellnessapparaat?

Een infraroodcabine is een speciaal ontworpen ruimte waarin je lichaam wordt verwarmd door infraroodstraling. In tegenstelling tot een gewone sauna, waar de warmte wordt geproduceerd door stoom of luchtverwarming, gebeurt de verwarming met infraroodlampen, die een diepe warmte in je lichaam brengen. Deze lampen zenden infraroodstraling uit, die de huid doordringt en de temperatuur van de onderliggende weefsels verhoogt. Het resultaat is een dieper niveau van ontspanning.

Terwijl de traditionele sauna's opwarmen tot 80 à 100 graden Celsius, werkt een infraroodcabine op lagere temperaturen, meestal tussen de 40 en 60 graden. Dit maakt het voor veel mensen gemakkelijker om langere tijd in de cabine te blijven zonder zich ongemakkelijk te voelen.

Een infraroodcabine biedt verschillende voordelen. Een bezoekje zorgt voor spierontspanning en pijnverlichting, verbetert de bloedcirculatie, zorgt het voor het verminderen van stress en biedt een gehele lichaamsontspanning. Bovendien wekt de straling een ontgiftingsproces op in je lichaam.

Ben je geïnteresseerd in een aangename en ontspannende sessie in onze infraroodcabine? Laat het weten aan het paramedisch team.

Lore



Activiteiten in maart 2025

Maandag 3 maart

Klassiek concert op groot scherm
- om 14u30 in de kapel

Spelnamiddag KWB
- om 14u30 op Smaragd

Dinsdag 4 maart

Carnavalbal thema Western
- om 14u30 in het OC

Woensdag 5 maart

ASWOENSDAG viering
- om 10u30 in de kapel

Donderdag 6 maart

Bewonersraad

Zondag 9 maart

Eucharistieviering
- om 10u30 in de kapel

Vrijdag 14 maart

Dienst woord en communie
- om 10u30 in de kapel

Dinsdag 18 maart

De Regenboog zingt ...
- om 14u30 in de kapel

Woensdag 19 maart

Optreden Shancy voor Vaderdag
- om 14u30 in het OC

Donderdag 20 maart

Zitdansen
- om 10u30 in het OC

Zondag 23 maart

Eucharistieviering
- om 10u3 in de kapel

Woensdag 26 maart

Kaas & wijnavond
(inschrijven bij team wonen&leven)
- om 17u15 in het OC

Vrijdag 28 maart

Woord en communie
- om 10u30 in de kapel

Zaterdag 29 maart

Aperitiefconcert Tournée Générale
- om 10u30 in het OC

Woorden ordenen:

Elleboog, slaapkamer, buurmeisje, kerk, Antwerpen, Duitsland, Italië, Marokko, zon

Van dicht naar ver	Van A naar Z	Van weinig naar veel letters
1.	1.	1.
2.	2.	2.
3.	3.	3.
4.	4.	4.
5.	5.	5.
6.	6.	6.
7.	7.	7.
8.	8.	8.
9.	9.	9.



NAAM

Afdeling/kamer/assistentiewoning

Geef ten laatste op 20 maart je oplossing af aan een medewerker van Wonen & Leven of Ergo. De winnaar krijgt bons ter waarde van 8 euro, voor een consumptie in het OC of een aankoop in het winkeltje "De Mini-Spar"

De winnaar van de vorige editie is: François Vercauteren, afdeling Betanië, kamer 3007