

SAMEN THUIS



WZC De Regenboog

Oktober 2026

Maandelijks tijdschrift van WZC De Regenboog. Jaargang 10 - oktober 2026, nummer 78 • P.B. 2070 Zwijndrecht - 8/5185 - P 006448
VU: Lieve Van der Paelt - WZC De Regenboog, Regenbooglaan 14, 2070 Zwijndrecht. Afgiftekantoor: Antwerpen X.

Ik blijf meedoen

'Ik blijf meedoen' was dit jaar het thema voor de Werelddag Dementie op 21 september. Ondanks het feit dat dementie een verschrikkelijke ziekte is, blijft deze boodschap ontzettend belangrijk: mensen met dementie kunnen én willen blijven meedoen!

Om dit extra in de verf te zetten, organiseerden we in september tal van activiteiten, die hieraan bijdroegen.



Woordje van de directie

Op 23 oktober vieren wij feestelijk het 25 jarig bestaan van de Groep Zorg Saam waartoe WZC De Regenboog behoort.

De hele dag lang vieren we feest. We staan stil bij waar we voor staan en waar we in de toekomst nog meer willen aan werken.

De hoofdspreker, dhr Marc Peersman, geeft een lezing in de voormiddag over 'machtige zorg'. Het thema sluit naadloos aan bij onze visie rond 'persoonsgerichte zorg in verbinding'.

De Regenboog wil er zijn voor zijn bewoners.

De bewoner als mens: met een eigen levensverhaal, gewoontes, voorkeuren, relaties en grenzen. We willen niet gewoon zorgen voor een bewoner, maar willen meer samen leven, wonen én zorgen met onze bewoner.

We willen dit doen in verbinding met bewoners, met familie en naasten, maar ook met medewerkers en de teams. Luisteren naar elkaar en inspraak garanderen zijn hierbij essentieel.

Het thema 'machtige zorg', mooie zorg, macht in de zorg, afhankelijkheid, zeggenschap en inspraak, ... speelt hier goed op in.

Hopelijk mogen wij u ook verwelkomen

De directie



Pastoraal nieuws

VAN AFRIKA TOT IN DE REGENBOOG

Op 29 mei 1926 vertrokken vijf zusters vanuit Antwerpen naar Congo, vastberaden om er een missiewerking op te starten.

Op de website van de zusters Kindsheid Jesu (www.kindsheidjesu.be) vind je nu een dagboek-verhaal over het leven van de zusters 100 jaar geleden. Verschillende missieposten leven vandaag verder, gedragen door een Congolese congregatie "Soeurs de l'Immaculée Conception", die dit werk met dezelfde toewijding voortzetten.

De missieprojecten worden daarnaast vandaag ook ondersteund door de Zusters Kindsheid Jesu en de vzw Lisanga.

Lees mee, stap in de wereld van de missiezusters en ontdek hoe hun verhaal ook vandaag jou nog zal raken én inspireren.

Op woensdag 14 oktober in de namiddag verkopen we smoutebollen ten voordele van onze steun aan het missieproject. Je kan de "oliebollen" bestellen in het OC. Kan je niet naar het OC komen, dan kan je een inschrijving invullen.

Noteer ook vrijdag 23 oktober (25 jaar Zorg- Saam), maar daarvoor verwijs ik u naar het verder vervolg in de deze krant.

ALLERZIELEN

Van harte welkom aan de familieleden van overleden bewoners van het voorbije jaar, voor een stemmige herdenkingsdienst op donderdag 29 oktober om 19.00u in de kapel van de Regenboog, aansluitend koffie en gebak in het ontmoetingscentrum.

Laat weten aan ons onthaal (receptie@deregenboog.zkj.be) met hoeveel personen je wil aansluiten bij de dienst. Dan zorgen wij voor voldoende plaatsen en gebak.

Marc



Ik blijf meedoen

Buiten op het terras werd de 'langste tafel' opgesteld. Dit maakte deel uit van het zomerproject van Expertisecentrum Dementie Paradox.

Het is een initiatief dat mensen samenbrengt, waarbij mensen met dementie niet alleen te gast zijn, maar ook mee vormgeven, mee organiseren en mee schitteren. Bij minder goed weer verhuisden we naar binnen.

Zo werd er wekelijks een kookmoment georganiseerd. Samen maakten we soep of een lekkere fruitsalade. Dit bevordert niet alleen het sociaal contact, maar ondersteunt ook de zelfstandigheid: bewoners konden zelf aan de slag en een gerecht van begin tot einde bereiden.

De heerlijke aroma's die daarbij vrijkwamen, wekten bovendien de eetlust op en brachten mooie herinneringen naar boven. Niet alleen wie actief wilde deelnemen, was welkom.

Ook wie liever eens kwam kijken, mocht gezellig aanschuiven. Want ook dat is een waardevolle activiteit: gewoon samen zijn, naast elkaar zitten en genieten van het moment.

Muziek mocht ook zeker niet ontbreken. Muziek is namelijk iets wat vaak lang in ons geheugen blijft en waarop we een beroep kunnen blijven doen wanneer het brein steeds meer begint te haperen.

Zo werd er samen gezongen in de kapel en konden bewoners genieten van een sfeervolle live pianovoorstelling van onze muzikanten Margot en Brandon, met mooie virtuele tussenstukjes verzorgd door onze vrijwilliger Jan.

Wie het graag wat beweeglijker had, kon naar hartenlust de benen strekken of de armen in de lucht zwieren tijdens het zitdansen in het OC, samen met de kleutertjes van de Krinkelrups.

Ook op de afdelingen Lava en Topaas werd er gedanst tijdens een heus dansfeest in zomerse stijl. En ik kan je verzekeren: gestrekt en gezwierd werd er zeker!

Niet alleen onze bewoners met dementie verdienen extra aandacht, maar ook hun naaste omgeving. Op vrijdag 25 september organiseerden we een filmnamiddag voor mantelzorgers en voor iedereen die interesse heeft in het thema.

We bekeken de film "Zondag de negenste" en konden nadien in het OC bij een tasje koffie nog gezellig napraten en ervaringen delen.

Als afsluiter organiseerden we aan onze langste tafel een pannenkoekenfeestijn voor onze bewoners met dementie, hun familie en de burens. Niet alleen medewerkers hielpen mee, ook onze bewoners droegen hun steentje bij.

Het was mooi om te zien hoe iedereen zijn eigen plekje vond, hoe nieuwe contacten ontstonden en hoe groot de samenhang was.

Want dat is wat mensen met dementie willen: er gewoon bij horen, zoals ieder van ons. Meedoen, gehoord worden en van betekenis blijven.

Ik blijf meedoen. Jij toch ook?

Babette – referentiepersoon dementie



Jef werd 100 jaar !

Jef werd als Jozef Julien Stoop geboren in Burcht op 6 september 1926. Samen met zijn broers groeide hij op in Burcht. Hij ging in Burcht naar school tot zijn veertiende. In de Londenstraat in Antwerpen volgde hij technisch onderwijs. Als achttienjarige studeerde hij af als elektromechanicien. Hij heeft daarna nog avondschool gevolgd om zich verder te bekwamen.

Jef was een sportieve kerel. Hij voetbalde bij Waeslandia Burcht en schopte het met zijn ploeg tot in 3de nationale. Als rechtsvoor moest hij voor de goals zorgen.

Professioneel kon hij aan de slag bij de NMBS. Hij kwam in de controlezaal van de Antwerpse "middenstatie" terecht, waar de energieverdeling voor een groot deel van het Vlaamse land werd geregeld.

Jozef was ambitieus en klom, via deelnames aan de examens van de NMBS gestaag op de loopbaanladder.

Zoals dat vroeger meer het geval was dan nu, leerde hij Julia kennen in de kerk. Hij vroeg haar mee op een fietstochtje en de trein was vertrokken, ze werden verliefd en werden een koppel.



Op 2 mei 1953 stapten ze in het huwelijksbootje. Enkele jaren later, in 1955, werd hun eerste dochter Rita geboren. Gerda volgende in 1957 en als laatste werd Christel geboren in 1962. Vier dames op zijn dak... amai, ... maar hij heeft het overleefd. Ze zijn nog altijd gelukkig samen met hun drie dochters, kleinkinderen en achterkleinkinderen.

Dat ze met hun tweetjes zo gelukkig oud konden worden is voor niet veel koppels weggelegd. Af en toe eens zagen ze tegen elkaar, maar elkaar respecteren en appreciëren doet wonderen.

Ze hebben genoten van hun reizen naar Spanje, Italië, Frankrijk, Duitsland en Oostenrijk (uiteraard met de trein). De laatste jaren gingen ze naar zee, in mei naar Blankenberge en in september naar Heist. Ook daar genoten ze van het bezoek van kinderen en kleinkinderen.

In 2017 kwamen Jef en Julia in De Regenboog op afdeling Saffier wonen. Hier genieten ze elke dag van hun 'oude dag'...

De Regenboog zingt



Vijf jaar geleden kreeg ik van Veerle Verhelst (Wonen en Leven) de vraag of ik samen met Katelijne het "Bewoners-koor " onder onze vleugels wilde nemen.

Ik aarzelde geen seconde en was enorm opgetogen met dit voorstel! Vanaf de eerste editie was het voor de

bewoners genieten van het samen zingen met ons en met elkaar. Gaandeweg zorgden we ook voor leuke rekwisieten die de liederen steeds een leuke twist brengen.

Van de broek van ons moemoe en de zwarte pruik van Keetje Tippel.. tot een gitaar voor een gitaarsolo door één van onze bewoners.

We passen de liedjes aan volgens de seizoenen en kiezen telkens een thema. Leo geeft ons piano- begeleiding en Jan zorgt voor de PowerPoint-presentatie. De bewoners kunnen dankzij deze PowerPoint de tekst van de liedjes meezingen.

Na een paar jaar kreeg het "Bewonerskoor" een nieuw jasje. Het heet nu: "De Regenboog zingt".

We zorgen ervoor dat er in de melodieën afwisseling zit zodanig dat ambiance altijd verzekerd is.

We doen het met hart en ziel, Jan, Leo, Katelijne en ik! Laat ons er nog vele jaren bijdoen en heerlijk genieten samen met onze bewoners van muziek die harten samen-brengt.

Ingrid De Coster

Mosselen bij de vleet

Zoals de traditie wil, eten we de beste mosselen in de maanden met een R.

Vandaag de dag worden de mosselen al vanaf juli op de markt gegoooid. Vroeger was de houdbaarheid van de mossel afhankelijk van de weersomstandigheden, wat nu met de huidige koeltechnieken geen probleem meer is.

De keuken van De Regenboog houdt van tradities: gewoontegetrouw serveren de koks in september een mosselsouper op elke afdeling en twee extra soupers en het ontmoetingscentrum voor familie en vrienden..



De mossel

De gewone mossel! Het is maar wat je gewoon noemt. *Mytilus Edilus*, zoals hij officieel heet, is een natuurlijke filter van het zeewater, een rijker van de diversiteit, een bron van eiwitten, vitaminen en mineralen .. en vooral heel lekker. Hij groeit gewoon in Zeeland en in de Waddenzee. Maar vroeger ook gewoon in de Westerschelde.

Stenen tijdperk

Sinds mensenheugenis vist de mensheid op mosselen. Zelfs in het scheppingsverhaal schiep God op de vijfde dag de vissen, zeedieren en de mossel.

Mossel noch vis, de allereerste mensen, die zich langs de Schelde (die de Honte werd genoemd) leefden van de jacht en de visvangst. Ze leefden in paalwoningen bij de rivier. Al duizenden jaren lieten ze pijlpunten en vuurstenenbijlen achter.

Bij laag tij konden mosselen bij elkaar worden geharkt. De mensen leefden volgens het tij. De tijd bestond nog niet. De klok was nog niet uitgevonden. Ook van klokkenluiders was geen sprake. Geen onbarmhartig getik-tok zoals vandaag. Mossel, krab en vis, het was hen allemaal gelijk.

Archeologen vonden lege schelpen in oude afvaldumps bij forten. Er werd zelfs een echte Romeinse mosselpot teruggevonden.

Straat van Hormuz

Vanaf de vijftiende eeuw ontwikkelde de mosselcultuur zich razendsnel. De mosselaars uit Zeeuws-Vlaanderen trokken naar de Zuiderzee en de

Waddenzee, waar het blonk van het mosselzaad.

Met de bekende mosselhengsten, houten schuiten met platbodem en zwaarden, verscheepten ze de mosselen naar de vismarkt van Antwerpen. Deze vaart werd gedurende verschillende periodes in de geschiedenis bemoeilijkt door blokkades op de Schelde. Spanjaarden, Fransen en ook de Hollanders sloten de vaargeul. "Enkel doorgang als er tol werd betaald".

Vanop de forten in Lillo en Liefkenshoek hielden kanonnières en musketiers de wacht. Het leek wel De Straat van Hormuz. Eénmaal aan de kaai gearriveerd, verkochten de vissers hun waren aan de viswijven, die met hun kruiwagen of stootkar de stad introkken.

Je mag nooit luidkeels 'mosselen' roepen 'voor de schuit aan wal is' zeggen ze in 't stad of nog: 'Daar klapt mijn mossel van dicht'...

Onbetwistbaar is de spreuk; "In Vlaanderen Vlaams en op Sint-Anneke mosselen". Op zondag trok de begoede burgerij met de Sint-Annekesboot naar de plage om mosselen te gaan eten. In Zwijndrecht trok Tuur de visboer en mosselman met ponykar op vrijdag door het dorp om de mossels te venten. Toen nog voedsel voor de armen.



Bodempercelen en hangcultuur

Vandaag is het geen wilde visserij meer. Mosselen worden vandaag gekweekt als onderwaterlandbouw op percelen. Mosselkwekers zijn boeren op onderwaterakkers.

Allereerst wordt mosselzaad opgevist in de Waddenzee, de kraamkamer van de mossel. Elk voorjaar stoten mosselen zadjes en eicellen uit. Dat gaat met miljoenen tegelijk.

Na een dag worden de bevruchte eitjes larven, die zweven door de zee. Die larfjes vormen langzaam een schelpje rond zich en worden baby-mosselen, beter bekend als mosselzaad. Door de zwaartekracht zakt de mossel naar de bodem waar het in banken verder ontwikkelt.

Aan het einde van de zomer is het zaad gegroeid tot 1cm. Dan wordt het zaad geoogst en uitgezaaid op bodempercelen. Op die percelen groeien de mosselen tot ze na ongeveer twee jaar volwassen zijn en voor consumptie opgevist worden.

Naast de bodemcultuur bestaat er ook de hangcultuur, waar in lange katoenen sokken het mosselzaad wordt 'opgesokt'.

Vandaag bepaalt een quotum hoeveel mosselen er mogen worden opgevist, om de mosselgemeenschap te vrijwaren. Mosselen maken deel uit van het ecosysteem; één mossel filtert 15 liter zeewater per dag. Ze voeden zich met plankton en zijn op hun beurt een hap voor zeevogels, zeesterren en krabben.

De begroting moet in orde blijven, willen onze kleinkinderen ook nog kunnen genieten van een heerlijke mossel.



Mosselkop

Alle mosselen lijken op elkaar. Zowel het mannetje als het vrouwtje hebben een baard. De baard bestaat uit draden waarmee de mossel zich hecht aan de bodem of een stuk hout.

Het verschil tussen de geslachten is dat het vrouwtje oranje kleurt en het mannetje bleek is na het koken. Is dit een fabel of wetenschappelijk bewezen? Mosselman of mosselvrouw, van een goede mossel loopt het sap uit de mond.

Mosselen zijn heel gezond. Ze zitten boordevol eiwitten, omega3-vetzuren, vitaminen en mineralen. Laag in vet en calorieën en goed voor de cholesterol.

Eet nooit een slijkmossel of een mossel die niet sluit na het spoelen. Ook al verkoop je hen een tik.

Bij de mosselen hoort een glas wijn, een Chardonnay of Pinot Gris, nadien een glas verse koemelk.

Anders riskeer je een mosselkop!

Johan Bral



Met veel plezier nodigt woonzorgcentrum De Regenboog u uit om samen met ons het 25-jarig jubileum van Zorg-Saam te vieren. Zorg-Saam ZKJ is de waardegedreven zorggroep van 14 woonzorgcentra, waarvan De Regenboog deel uitmaakt.

Voormiddag: inspirerende lezing

We starten de dag met een lezing door Marc Peersman rond het thema "Kiezen om zorgzaam te zijn: van macht naar aandacht".

Wat betekent goede zorg echt? In deze boeiende en herkenbare uiteenzetting staat de relatie tussen bewoner en zorgverlener centraal. Aan de hand van concrete voorbeelden uit het dagelijkse leven in het woonzorgcentrum ontdekken we hoe zorgzaamheid groeit vanuit luisteren, respect, betrokkenheid en wederzijds vertrouwen.

Een warme en praktische lezing voor bewoners, familieleden, medewerkers en vrijwilligers.

Namiddag: feestelijke jubileumviering

In de namiddag nodigen we u van harte uit voor een sfeervolle viering in onze kapel. Samen staan we stil bij 25 jaar zorg, ontmoeting en verbondenheid. Live muziek, gebed, herinneringen van vroeger en beelden uit de oude doos zorgen voor een warme en feestelijke sfeer.

Bewoners, medewerkers, vrijwilligers en familieleden geven mee kleur aan deze bijzondere viering. We blikken dankbaar terug op het verleden en kijken hoopvol vooruit naar de toekomst.

Aansluitend zetten we het feest verder met een gezellige receptie, een grote jubileumtaart en een heerlijk kopje koffie.

Uw aanwezigheid maakt deze feestdag compleet.

Gelieve in te schrijven vóór 9 oktober via het onthaal of via onderstaande link:

<https://forms.gle/Rj3eZ2i6naqUm2vN9>

Tibetaanse verpleegkundigen beginnen aan een nieuw hoofdstuk



Vier verpleegkundigen uit de Tibetaanse vluchtelingen-gemeenschap zijn aangekomen in België. Binnenkort beginnen zij aan hun nieuwe functie bij WZC De Regenboog.

Sinds 1959 vonden Zijne Heiligheid de Dalai Lama en vele Tibetanen een toevlucht in India. Twee van de verpleegkundigen werden daar geboren in Tibetaanse families. De andere twee werden geboren in Tibet.

Toen zij nog jong waren, namen hun ouders de moeilijke beslissing om hen naar India te sturen, in de hoop hun kinderen meer vrijheid en betere kansen te geven.

Onder begeleiding van onbekende volwassenen trokken zij tijdens de koude winter te voet over de Himalaya.

Alle vier gingen ze naar Tibetaanse scholen en ze werden later in India erkende verpleegkundigen. Ze beschikken over waardevolle beroepservaring en zijn sterk betrokken bij de zorg voor anderen.

Ze zijn warm, geduldig en zorgzaam. Als boeddhisten dragen ze waarden zoals mededogen, vriendelijkheid en respect hoog in het vaandel. Deze waarden nemen ze iedere dag mee in hun werk als verpleegkundige.

Voor hun komst naar België leerden zij Nederlands en volgden zij bijkomende lessen over ouderenzorg. Ze kijken ernaar uit om verder te leren en hun kennis, ervaring en warme persoonlijkheid in te zetten voor de bewoners.

Als Tibetaanse verpleegkundige met een vergelijkbare achtergrond begrijp ik hun verhaal. Ik was zelf ook een trotse medewerker van WZC De Regenboog.

Nu mag ik hen als oprichter en projectmanager van iNurse begeleiden bij deze bijzondere stap.

Ik ben Zorg-Saam en WZC De Regenboog bijzonder dankbaar voor hun vertrouwen en voor de kans die zij deze verpleegkundigen geven. Voor hen is dit een levensveranderende mogelijkheid om hun beroep met liefde uit te oefenen en in België aan een nieuwe toekomst te bouwen.

Ik ben ontzettend trots op deze vier moedige en toegewijde verpleegkundigen. Ik hoop dat hun werk bij WZC De Regenboog het begin wordt van een mooi en betekenisvol nieuw hoofdstuk in hun leven.

Kiki Kalsang



*Zorg-Saam Zusters Kindsheid Jesu
bestaat 25 jaar*

We nodigen u van harte uit op 23 oktober 2026 in
WZC De Regenboog voor volgend programma:

10u00 - 11u00: lezing Machtige Zorg - Marc Peersman
(kapel)

11u00 - 11u45: receptie met een drankje en een hapje
(ontmoetingscentrum)

14u00 - 15u00: viering
(kapel)

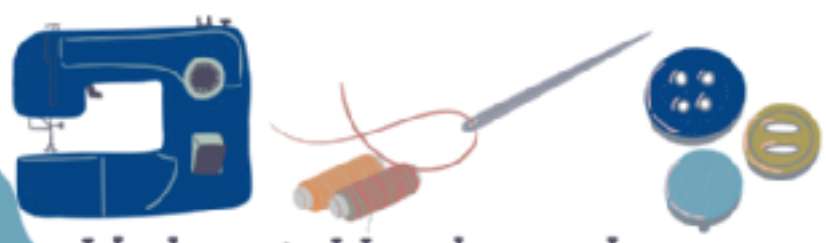
15u00 - 16u30: koffie en taart
(ontmoetingscentrum)

Inschrijven kan tot en met vrijdag 9 oktober 2026 via het onthaal
of de QR-code. Bewoners hoeven zich niet in te schrijven.



Naald en draad

Op donderdag 22 oktober
komt ons naaiteam weer samen
om GRATIS alle kleine
herstellingen te verrichten
voor de bewoners.



kledingstukken binnenbrengen
bij team wonen&leven

Wij heten de volgende bewoners van harte welkom:

Van Doorselaer Patrick
- 3 september 2026 -
Afdeling Topaas

Hendrickx Andre
- 3 september 2026 -
Afdeling Robijn

Buys Etienne
- 10 september 2026 -
Afdeling Smaragd

Hofkens Agnes
- 10 september 2026 -
Afdeling Smaragd

Van As Paula
- 14 september 2026 -
Afdeling Smaragd

De Donder Martin
- 15 september 2026 -
Afdeling Turkoois

De Paepe Denise
- 16 september 2026 -
Afdeling Turkoois

Wij herdenken in onze gebeden de overleden bewoners:

Vanleke-Nierynck Lea
- 22 augustus 2026 -
Afdeling Turkoois

Olislaegers Robert
- 30 augustus 2026 -
Afdeling Smaragd

Blom Leonard
- 31 augustus 2026 -
Afdeling Topaas

Van de Kerkhof Francois
- 3 september 2026 -
Afdeling Topaas

Van Bever Theo
- 10 september 2026 -
Afdeling Smaragd

De Wilde Ivonne
- 10 september 2026 -
Afdeling Bethanië

Van De Langeryt Liliane
- 12 september 2026 -
Afdeling Amethyst

Mathys Rachel
- 13 september 2026 -
Afdeling Smaragd

Pret en Verzet

Herken de soepjes

Raad jij het juiste plaatje bij de juiste soep? Zet de juiste letter bij de soep. De letters vormen een woord (lees van links naar rechts).



Antwoord:



Pompoen
soep

Champignon
soep

Asperge
soep

Broccoli
soep

Tomaten
soep

Prei
soep

Oplossing woord: gezond

NAAM

Afdeling/kamer/assistentiewoning

.....



Geef ten laatste op 20 oktober 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.

De winnaar van de vorige editie is: Lucienne Brié, GAW De Mantel 26 0103

SAMEN THUIS

is een maandelijkse krant, uitgegeven door WZC De Regenboog, Regenbooglaan 14 in 2070 Zwijndrecht. V.U. Lieve Van der Paelt

Redactieraad: Veerle Verhelst, Marc Wieme, Johan Bral, Sienke Baeten, Lore Van Britsom, Gerrit Janssens en Bernard Verhelst

Vormgeving: Bernard Verhelst
Fotograaf: Gerrit Janssens

Donderdag 1 oktober

Familieraad
- om 19u tot 20u30

Vrijdag 2 oktober

Dienst woord en communie
- om 10u30 in de kapel

Maandag 5 oktober

Jaarmarkt in Zwijndrecht
- vertrek om 10u via inschrijving

Dinsdag 6 oktober

Markt op de parking
- vanaf 14u

Donderdag 8 oktober

Lijndansen door The Happy Dancers
- om 14u30 in het OC

Zondag 11 oktober

Eucharistieviering
- om 10u30 in de kapel

Dinsdag 13 oktober

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

Woensdag 14 oktober

Smoutebollen ten voordele van Lisanga
- om 14u30 in het OC

Donderdag 15 oktober

Bingo
- om 14u30 in het OC

Dinsdag 20 oktober

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

Woensdag 21 oktober

Zitdansen
- om 10u30 in het OC

Vrijdag 23 oktober

Feest voor 25 jaar bestaan ZKJ
zie affiche pagina 7

Zondag 25 oktober

Eucharistieviering
- om 10u30 in de kapel

Dinsdag 27 oktober

Spelnamiddag met spellenclub
- om 14u30 op afdeling Robijn

Donderdag 29 oktober

Heksenbal
- om 14u30 in het OC

Herdenkingsviering voor familie van overleden bewoners
- om 19u in de kapel

Lees onze huiskrant nu ook digitaal: www.zorg-saam.be/de-regenboog/nieuws