



HUISKRANT

Jaargang 31 nr. 1 december - januari - februari 2017 - 2018

V.Z.W. Woonzorgcentrum OLV Antwerpen

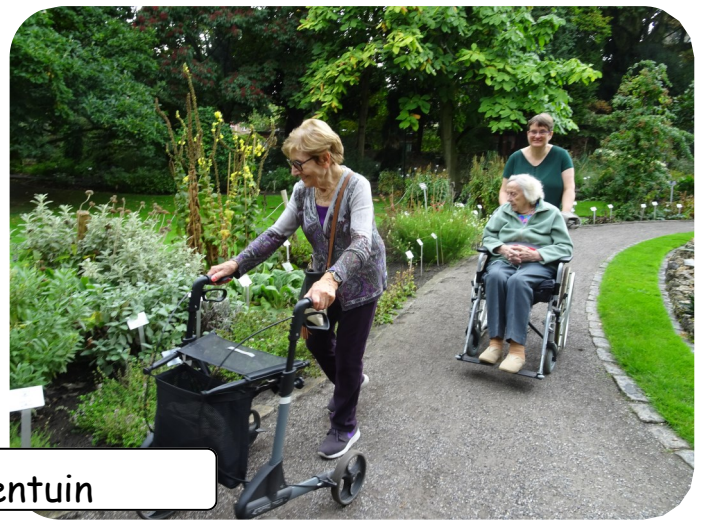
Pieter Van Hobokenstraat 3 - 2000 Antwerpen 03/ 213 66 66 - animatie@olvantwerpen.be



Met leuke artikels, interessante informatie, foto's en veel meer ...



De Kruidentuin



De Zoo



Kleuters op bezoek / Griffelrock



Wandeling met studenten



Inhoud

- Geflitst	p. 2
- Voorwoord	p. 4
- Verjaardagen december	p. 5
- Verjaardagen januari	p. 6
- Verjaardagen februari	p. 7
- Activiteitenkalender december	p. 8
- Activiteitenkalender januari	p. 10
- Activiteitenkalender februari	p. 12
- Vanuit het dagverzorgingscentrum	p. 14
- Gedicht: Winter	p. 16
- Madonna in beeld	p. 18
- Daniel en Simon - een kerstverhaal	p. 20
- Kalligrafie Walter	p. 23
- Carnet de voyage	p. 24
- Geflitst	p. 29
- Kruiswoordraadsel	p. 30
- 100 jaar mevr. Vangrunderbeeck	p. 32
- Enkele aankondigingen	p. 39
- Woordje van de kiné	p. 40
- Onze diensthoofden	p. 42
- Bart Stouten over Bach	p. 44
- Verslag Gebruikersraad Assistentiewoningen	p. 47
- Verslag Gebruikersraad Woonzorgcentrum	p. 52
- Vooruitblik op enkele uitstappen	p. 55
- Wel & wee	p. 57
- Geflitst	p. 59
- Affiche Kerstdiner	p. 60

Beste bewoners,



Met het aanbreken van december nadert het einde van 2017. Nieuwsgierig kijken we uit naar wat 2018 zal brengen. Het nodige geluk en plezier, nieuwe uitdagingen, het gewone alledaagse leventje... Mogen wij u bij deze toch al als eerste een voorspoedig en gelukkig Nieuwjaar toewensen ?

Ondertussen is de Sint ook weer in het land. Wie zoet is krijgt lekkers... zoals het liedje zegt. Bij zijn aankomst in Antwerpen zei hij dat er dit jaar geen stoute kinderen waren. Over volwassenen heeft hij echter niet gesproken.... We zullen zien of hij begin december in ons huis een bezoekje brengt.

Tijdens deze donkere en korte winterdagen kunnen we ons volledig overleveren aan de Kerstsfeer en het eindejaarsgebeuren. Ons jaarlijks Kerstdiner gaat dit jaar door op donderdag 21 december. Meer informatie op de achterzijde van dit boekje.

In ons huis zullen de verwarmingsketels op volle toeren draaien. Toch wordt de grootste bron van warmte nog altijd bij elkaar gevonden. Overal waar mensen elkaar ontmoeten wordt het warmer. Een warme lach naar je tafelgenoten tijdens het middageten. Een warm gebaar naar je medebewoner die je hulp nodig heeft. Een warm gesprek met die ene dame, die het wat moeilijker heeft.

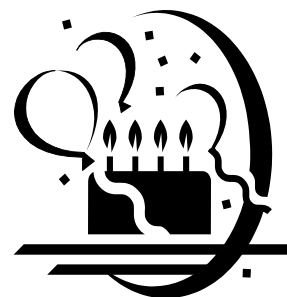
Mogen wij u alvast veel leesplezier wensen als u deze huiskrant doorbladert. Dank aan iedereen voor de ingezonden verhalen door bewoners, vrijwilligers en medewerkers.

Veel leesplezier !

‘De redactie’

*Inzendingen met suggesties, verslagen van activiteiten,
gedichten of blijven steeds welkom.*

Verjaardagen december



01.12	wordt mevrouw Van Soom 91 jaar	K 010
05.12	wordt mevrouw Augustijns 95 jaar	K 308
06.12	wordt de heer De Craecker 68 jaar	K 319
07.12	wordt dhr. Taeymans 59 jaar	DVC
07.12	wordt mevrouw Jacobs Jeanne 81 jaar	K 304
09.12	wordt mevrouw De Combe 87 jaar	K 332
11.12	wordt de heer De Brauwere 81 jaar	K 113
15.12	wordt mevrouw Smits 86 jaar	B 201
23.12	wordt mevrouw Vuegen 91 jaar	DVC
24.12	wordt mevrouw Benard 83 jaar	K 143
29.12	wordt mevrouw De Decker 77 jaar	DVC

Verjaardagen januari



01.01	wordt mevrouw Van Raemdonck 87 jaar	K 229
01.01	wordt de heer Van Looveren 83 jaar	K 127
05.01	wordt de heer Masset 75 jaar	K 238
06.01	wordt mevrouw Van Gele 98 jaar	K 310
07.01	wordt mevrouw Adriaenssens 90 jaar	K 302
10.01	wordt de heer Vartanyan 65 jaar	K 403
11.01	wordt mevrouw Vangrunderbeeck 100 jaar	K 334
12.01	wordt mevrouw Bal 84 jaar	K 322
16.01	wordt mevrouw Heuten 95 jaar	K 136
17.01	wordt mevrouw Mees 62 jaar	K 108
19.01	wordt mevrouw Van Aken 87 jaar	K 102
22.01	wordt mevrouw Speybroeck 84 jaar	K 424
22.01	wordt mevrouw Van Doninck 79 jaar	K 207
24.01	wordt mevrouw Hendrickx 86 jaar	K 313
25.01	wordt mevrouw Van Campen 87 jaar	C 102
26.01	wordt mevrouw Ipermans 89 jaar	K 104
26.01	wordt mevrouw Thomas 92 jaar	K 245
27.01	wordt de heer De Permentier 79 jaar	K 312
29.01	wordt mevrouw Van Acker 98 jaar	K 239
30.01	wordt mevrouw Claessens 95 jaar	K 235

Verjaardagen februari



01.02 wordt mevrouw Van Gestel 89 jaar	K 423
03.02 wordt de heer Van Der Auwera 81 jaar	K 138
04.02 wordt mevrouw Leyse 82 jaar	DVC
16.02 wordt de heer Penders 74 jaar	DVC
17.02 wordt mevrouw Pauwels 97 jaar	K 133
18.02 wordt mevrouw Randaxhe 70 jaar	K 219
21.02 wordt mevrouw De Ben 83 jaar	K 002
22.02 wordt mevrouw Braeckmans 83 jaar	K 342
23.02 wordt mevrouw Vangenechten 82 jaar	K 130
23.02 wordt mevrouw Loopmans 82 jaar	B 302
26.02 wordt mevrouw Loubry 82 jaar	C 002
28.02 wordt mevrouw Scheers 71 jaar	K 013

Activiteitenkalender december

Vrijdag	01/12	14u00	RECEPTIE 20-JARIG BESTAAN DAGVERZORGINGSCENTRUM *
Zondag	03/12	10u30	1ste zondag van de Advent Woorddienst in de kapel door Walter *
Maandag	04/12	13u30	Gezelschapsspellen met kinderen De Dames in de feestzaal *
		14u30	CONTACTKOOR IN DE KAPEL
Dinsdag	05/12		Hij komt, hij komt ...die lieve goede Sint
Woensdag	06/12	10u00	ZWEMMEN (€ 8)
		10u30	Eucharistieviering in de kapel Voorgegaan door E.H. Tousse *
		14u30	FILM OP GROOT SCHERM: Coco avant Chanel *
Donderdag	07/12	14u00	BINGO IN DE FEESTZAAL *
		14u00	Gebruikersraad Assistentiewoningen zaal Teniers*
Vrijdag	08/12	10u00	OCHTENDWANDELING
		13u30	Zitdansen met kleuters De Dames - feestzaal *
		14u00	Handwerk - dagzaal 4de *
Zondag	10/12	10u30	2de zondag van de Advent Woorddienst in de kapel door Walter *
Maandag	11/12	13u00	Breiclub - leerlingen Prins Dries - dagzaal 0A*
		14u30	VOORDRACHT 'Het Madrid van Sarolla' met Chris in de feestzaal *
Dinsdag	12/12	13u30	WINTERWANDELING ZA1, ZA2 & ZA3
		14u30	Borrel voor de jarigen ZA4 & ZA5 - cafetaria
Woensdag	13/12	10u00	ZWEMMEN (€ 8)
		10u30	Eucharistieviering in de kapel Voorgegaan door E.H. Tousse *
		14u00	GEZELSCHAPSSPELLEN in de feestzaal *
Donderdag	14/12	14u30	Kerstverhaal ZA2
		14u30	ZANGSTONDE ZA4 & ZA5 Dagzaal 2de achterbouw *
Vrijdag	15/12	15u00	OPTREDEN CAPODASTER in de feestzaal *

Zondag	17/12	10u30	3de zondag van de Advent Woorddienst in de kapel door Walter *
Maandag	18/12	13u00	Breiclub - leerlingen Prins Dries - dagzaal 0A*
		14u30	CONTACTKOOR IN DE KAPEL
Dinsdag	19/12	10u30	Kerstverhaal ZA3
		13u30	WINTERWANDELING ZA4 & ZA5
		14u30	Borrel jarigen ZA1, ZA2 & ZA3 - cafetaria
Woensdag	20/12	10u00	ZWEMMEN (€ 8)
		10u30	Eucharistieviering in de kapel Voorgegaan door E.H. Tousse *
		14u30	Film op infokanaal 90 André Rieu - Home for Christmas
Donderdag	21/12	12u00	KERSTDINER (zie achterzijde Huiskrant) *
Vrijdag	22/12	10u00	OCHTENDWANDELING
		14u00	Kerstfeest door jongeren Friends in de feestzaal
Zondag	24/12		4de zondag van de Advent - Geen dienst
Maandag	25/12	10u30	Kerstmis - Geboorte van de Heer Woorddienst in de kapel door Walter *
Dinsdag	26/12	14u30	Kerstverhaal ZA1
Woensdag	27/12	10u30	Eucharistieviering in de kapel Voorgegaan door E.H. Tousse *
		14u00	Kerstsmul ZA2 & ZA4
Donderdag	28/12	14u30	FILM OP GROOT SCHERM * Stille Nacht ~ Het waargebeurde verhaal over het ontstaan van het meest geliefde kerstlied
Vrijdag	29/12	14u00	Kerstsmul ZA1, ZA3 & ZA5
Zondag	31/12	10u30	Woorddienst in de kapel door Walter *

Bewoners van de assistentiewoningen
kunnen aansluiten bij de
interne activiteiten aangeduid met *

Activiteitenkalender januari

Maandag	01/01		Gelukkig Nieuwjaar !
Woensdag	03/01	10u30	Eucharistieviering in de kapel Voorgegaan door E.H. Tousse *
		14u30	FILM OP GROOT SCHERM: BAMBI
Donderdag	04/01	14u00	BINGO IN DE FEESTZAAL
Vrijdag	05/01	10u00	OCHTENDWANDELING
		14u00	Handwerk - dagzaal 4de achterbouw *
Zondag	07/01	10u30	Woorddienst in de kapel door Walter*
Maandag	08/01	13u00	Breiclub - leerlingen Prins Dries - dagzaal 0A*
		17u00	VERLOREN MAANDAG Worstenbrood & appelbollen voor iedereen
Dinsdag	09/01	13u30	BEVROREN-NEUZEN-TOCHT
Woensdag	10/01	10u00	ZWEMMEN (€ 8)
		10u30	Eucharistieviering in de kapel Voorgegaan door E.H. Tousse *
		14u00	GEZELSCHAPSSPELLEN IN DE FEESTZAAL
Donderdag	11/01	14u00	RECEPTIE TER ERE VAN 100 JAAR MEVR. VANGRUNDERBEECK ~ feestzaal
Vrijdag	12/01	13u30	Zitdansen met kleuters in de feestzaal
Zondag	14/01	10u30	2de zondag door het Jaar Woorddienst in de kapel door Walter *
Maandag	15/01	13u00	Breiclub - leerlingen Prins Dries - dagzaal 0A*
		14u30	CONTACTKOOR IN DE KAPEL
Dinsdag	16/01	14u30	NIEUWJAARSCONCERT Duo Central The sound of Wiener Music
Woensdag	17/01	10u00	ZWEMMEN (€ 8)
		10u30	Eucharistieviering in de kapel Voorgegaan door E.H. Tousse *
		14u30	FILM OP GROOT SCHERM Sense and sensibi- lity - Brits drama naar Jane Austin
Donderdag	18/01	14u00	Smulnamiddag ZA4 & ZA5: Nieuwjaarsgebak
Vrijdag	19/01	10u00	OCHTENDWANDELING
		14u00	NIEUWJAARSRECEPTIE in de feestzaal

Zondag	21/01	10u30	3de zondag door het Jaar Woorddienst in de kapel door Walter
Maandag	22/01	13u00	Breiclub - leerlingen Prins Dries - dagzaal 0A*
		14u00	Smulnamiddag ZA1& ZA2: Nieuwjaarsgebak
		14u30	Borrel voor de jarigen van ZA4 & ZA5 - cafetaria
Dinsdag	23/01	13u30	BEZOEK ELIXIR D'ANVERS (€ 16)
Woensdag	24/01	10u00	ZWEMMEN (€ 8)
		10u30	Eucharistieviering in de kapel Voorgegaan door E.H. Tousse *
		14u30	ZANGSTONDE ZA4 & ZA5 Dagzaal 2de achterbouw
		18u00	NIEUWJAARSBAL
Donderdag	25/01	14u30	Borrel voor de jarigen van ZA1, ZA2 & ZA3
Vrijdag	26/01	14u00	Handwerk - dagzaal 4de achterbouw
		14u00	Smulnamiddag ZA3: Nieuwjaarsgebak
Zondag	28/01	10u30	4de zondag door het Jaar Woorddienst in de kapel door Walter
Maandag	29/01	13u00	Breiclub - leerlingen Prins Dries - dagzaal 0A*
		14u30	CONTACTKOOR in de kapel
Dinsdag	30/01	14u00	GROTE MEGAKWIS in de feestzaal
Woensdag	31/01	10u30	Eucharistieviering in de kapel Voorgegaan door E.H. Tousse *
		13u30	WANDELING VAN RUBENS TOT MAYER VAN DEN BERGH

Bij deze huiskrant vindt u een **inschrijvingsformulier** voor de uitstappen. Als u graag mee gaat moet u dit aan de **animatie-ergodienst** bezorgen. Zo weten wij reeds op voorhand welke bewoner geïnteresseerd is in een bepaalde uitstap en vermijden we misverstanden !

Bewoners assistentiewoningen:

- kunnen deelnemen aan activiteiten met een *
- betalen € 7 bijdrage voor een avondmaal

Activiteitenkalender februari

Donderdag	01/02	13u30	Cupcakes versieren met leerlingen De Dames in de feestzaal*
Vrijdag	02/02	10u00	OCHTENDWANDELING
		14u00	Lichtmis - pannenkoeken voor iedereen
Zondag	04/02	10u30	5de zondag door het Jaar * Woorddienst in de kapel door Walter
Maandag	05/02	13u00	Breiclub - leerlingen Prins Dries - dagzaal 0A*
		14u30	Borrel jarigen ZA4 & ZA5 - cafetaria
Dinsdag	06/02	13u30	UITSTAP WIJNEGEM SHOPPING (€ 10)
Woensdag	07/02	10u00	ZWEMMEN (€ 8)
		10u30	Eucharistieviering in de kapel Voorgegaan door E.H. Tousse *
		14u00	GEZELSCHAPSSPELLEN in de feestzaal *
Donderdag	08/02	13u30	Cupcakes versieren met leerlingen De Dames in de feestzaal*
Vrijdag	09/02	08u00	ENGELS ONTBIJT in de feestzaal *
		14u00	Handwerk - dagzaal 4de achterbouw *
Zondag	11/02	10u30	6de zondag door het Jaar Woorddienst in de kapel door Walter *
Maandag	12/02	13u00	Breiclub - leerlingen Prins Dries - dagzaal 0A*
		14u30	CONTACTKOOR in de kapel
Dinsdag	13/02	14u00	CARNAVALSBAL in de feestzaal *
Woensdag	14/02	10u00	ZWEMMEN (€ 8)
		10u30	Aswoensdag - eucharistieviering in de kapel Voorgegaan door E.H. Tousse *
Donderdag	15/02	14u30	MUZIEKFILM OP GROOT SCHERM * Puccini Gold - Beste opera-aria's met oa Pavarotti en Placido Domingo
Vrijdag	16/02	10u00	OCHTENDWANDELING
		14u00	Handwerk - dagzaal 4de achterbouw*
Zondag	18/02	10u30	1ste zondag Veertigdagentijd Woorddienst in de kapel door Walter *

Maandag	19/02	13u00	Breiclub - leerlingen Prins Dries - dagzaal 0A*
		14u30	Borrel jarigen ZA1, ZA2 & ZA3 - cafetaria
		14u30	ZANGSTONDE ZA4 & ZA5 Dagzaal 2de achterbouw *
Dinsdag	20/02	13u30	BEZOEK BROUWERIJ DE KONICK (€ 16)
Woensdag	21/02	10u00	ZWEMMEN (€ 8)
		10u30	Eucharistieviering in de kapel Voorgegaan door E.H. Tousse *
		14u30	FILM OP GROOT SCHERM * Pitch perfect - muzikale komedie
Donderdag	22/02	12u00	STEAK in de feestzaal *
Vrijdag	23/02	13u30	Zitdansen met leerlingen De Dames in de feestzaal *
		14u00	Handwerk - dagzaal 4de achterbouw *
Zondag	25/02	10u30	2de zondag Veertigdagentijd * Woorddienst in de kapel door Walter
Maandag	26/02	13u00	Breiclub - leerlingen Prins Dries - dagzaal 0A*
		14u30	CONTACTKOOR in de kapel
Dinsdag	27/02	14u00	BINGO in de feestzaal *
Woensdag	28/02	13u30	UITSTAP NAAR HET LETTERENHUIS
Vrijdag	02/03	10u00	VRIJWILLIGERSVERGADERING

Bewoners assistentiewoningen:

- kunnen deelnemen aan activiteiten met een *
 - betalen € 7 bijdrage voor een ontbijt
 - betalen € 8 voor een middagmaal

Vanuit het Dagverzorgingscentrum



Lekkere mosseltjes



Virtueel actief i.s.m.
AP Hogeschool



Bezoek Cremerie Germaine

Jarigen

- Dhr. Taeymans ~ 07.12 ~ 59 jaar
- Mevr. Vuegen ~ 23.12 ~ 91 jaar
- Mevr. De Decker ~ 29.12 ~ 77 jaar
- Mevr. Leyse ~ 04.02 ~ 82 jaar
- Dhr. Penders ~ 16.02 ~ 74 jaar

GELUKKIGE
VERJAARDAG



Halloween



Waar zijn die handjes ?



Gedicht Winter

Winter is het, Kerstmis spoedig,
onder het poetsen wordt geoefend
in het zingen door mijn moeder.
Donker is het dagelijks vroeger,
koper blinkt, de kachel brandt.

In de koude hak ik hout.
Sterren schieten uit de schoorsteen,
Regenen wensen naar beneden
waar standvastig en aanbeden
Venus op de dakpunt staat.

Binnen ruikt het naar gebak
dat de oven heeft verlaten
en naar vlees dat wordt gebraden.
Voeten rennen door de kamers,
stemmen wisselen kreten uit.

Onbeschaamd als blauwe luchten
waar een sneeuwbuï zich in uit-
schudt,
vliegensvlug in achterhalen
van wie vluchtend en toch dralend
zo mijn kussen niet ontloopt.

Fantoom van licht, waar heb je je
verstopt? Lig je, slaap je, heb
je je sterren van ogen dicht?
Ruwe nimf ben je, vlinderlicht
je lieftallige hielen gelicht.



Verlegenheid heeft appelrode wangen,
je kunt ze proeven, kunt ze vangen,
kunt ze tussen het sparrengroen hangen,
Blozende als zonsondergangen
zijn ze, gave, glanzende vrucht.

Winter is het, Kerstmis nadert,
het huis in rust en het ademt
uit zijn schoorsteen witte rook.
De hemel is bestrooid met sterren,
een pruik van sneeuw ligt op de dennen,
men is thuis, er wordt gestookt.

Elly de Waard
uit: *Strofen*,
De Harmonie, Amsterdam 1983



Madonna in beeld

Wellicht hebben onze kapelgangers gemerkt dat er in het najaar van 2017 een nieuw Madonnabeeld in de kapel is verschenen. Een beeld met een hele geschiedenis waar we u graag een beperkt versie van meegeven.

Het beeld stelt Jezus als jongeling, staande voor zijn moeder Maria weer. Hij maakt een zegenend gebaar naar de toeschouwer. Om hem nog prominenter te maken is zijn kleding volledig verguld. Achter hem staat een gekroonde Maria die met haar linkerhand een dichtgeslagen (kerk)boek tegen zich aandrukt. Ze draagt een roodbruin kleed onder een blauwe mantel die afgeboord is met goud. Opvallend is haar grote mantelspeld, een vierlob met ingeschreven kruis. Met haar vrije hand steunt ze moederlijk haar Zoon, maar wendt nederig haar blik af.



Het beeld is gemaakt van hout en werd polychroom geschilderd en verguld. Het dateert uit 1857 en is van de hand van Jan Storms. Ooit sierde ze het hoekhuis van het Laar met de Turnhoutsebaan en vond ze na afname een onderkomen in het Heemkundig Museum van Borgerhout. Bij de ontruiming hiervan in 2003 werd ze overgedragen aan 'Voor Kruis en Beeld' die zorgde voor een opfrissing en herbestemming.

Zo kwam ze terecht onder de barokarcade op de binnenkoer van 'De Gulden Hand', een imposant koopmanshuis in de Zirkstraat waarvan de geschiedenis teruggaat tot voor 1505 en vooral gekend bij alle Sintjoren als 'de Spaanse Winkel (die haar deuren sloot in 2016). Wist u

trouwens dat 'De Gulde Handt' jarenlang als zoutbeurs ~ vandaar de naam Zirkstraat (zirk = zout) ~ fungeerde?

In het najaar van 2017 kreeg het Madonnabeeld met kind een nieuwe bestemming nadat de eigenaars van 'De Gulden Hand', Carmen en Roland, het beeld lieten overbrengen naar de kapel van ons woonzorgcentrum in de hoop dat het daar nog menig gelovige kan inspireren.



Het beeld in onze kapel is echter niet het enige Madonnabeeld dat zich op de gronden van ons huis bevindt. Aan de achterzijde van onze gebouwen, in de Lange Winkelstraat bevindt zich een beeld waar Maria uitgebeeld staat als Moeder der Smarten. Het beeld is een compositie van een Madonnabeeld dat staat in een nis met onderaan een console versierd met twee gevleugelde engelhoofdjes. De combinatie werd in 1859 aan de toenmalige gevel aangebracht.



Enkele jaren ervoor was het beeld gevonden bij graafwerken in de buurt. Beeldhouwer Goemans herstelde het beeld in 1859 en vervaardigde de bijpassende console voor 80 frank! Oorspronkelijk zou het beeld naast de wijkpomp hebben gestaan. Bij de sloop van het 19de-eeuwse pand in 2004 ontstond de gelegenheid de sculptuur grondig te behandelen vooraleer ze in de nieuwbouw van ons woonzorgcentrum geplaatst werd. Dit gebeurde tijdens een officiële plechtigheid in augustus 2006.

Daniel en Simon

De sneeuw knarste onder hun schoenen toen Daniel en Simon van school naar huis liepen. Ze wilden snel naar huis om hun slee op te halen. Het was woensdag en ze hadden 's middags vrij. Onderweg naar huis zagen ze een zwerver op een bankje zitten: koud en verkleumd. Ze keken er even heen en liepen toen door.



Die middag hadden ze veel pret. Om beurten trokken ze de slee en toen ze gingen eten waren ze uitgehongerd. Moeder had een heerlijke erwtensoep gemaakt met een groot stuk worst erin. Plotseling moest Simon denken aan de zwerver die ze gezien hadden. Het was bijna kerst. Na overleg met zijn moeder bracht hij de man een warme kom soep met extra worst. Zo kon de zwerver zijn lichaam een beetje opwarmen.



De volgende ochtend stonden de kom en lepel bij de voordeur. Naast de kom lag een brief. Daniel opende brief en las hardop voor: Wisten jullie dat er gisteren 1214 mensen langs me heen zijn gelopen? Wisten jullie dat niemand bij me stopte of me iets aanbood? Jullie kom soep was méér dan welkom. Ik heb ook een verrassing voor jullie in de envelop. In de envelop lagen drie kiezelsteentjes. Op een klein briefje stond geschreven: gebruik deze kiezelsteentjes wijs....

Daniel en Simon keken elkaar aan. Wat moesten ze met die kiezelsteentjes en hoe moesten ze die wijs gebruiken? Hun eerste reactie was om ze weg te gooien maar iets weerhield hen ervan. Het waren gewone kiezelsteentjes of niet soms? Simon stopte de steentjes in zijn broekzak en even later gingen ze weer samen naar school.



De bank waar de zwerver had gezeten was leeg maar voor de supermarkt, een stukje verderop, stond een dakloze de daklozenkrant te verkopen. Instinctief haalde Simon een kiezelsteentje uit zijn zak en in zijn hand transformeerde het kiezelsteentje in een grote Kerst-

mand met allemaal lekkere dingen. Hij gaf de kerstmand aan de dakloze en samen vervolgden ze hun weg. Steentjes die veranderen: dan kan toch niet?

Een stukje verder op de hoek van de straat werden kerstbomen verkocht. Een kind hing aan de arm van zijn moeder. Ik wil een kerstboom! Nee, dit jaar niet zei zijn moeder. We hebben geen geld. Maar ik wil een kerstboom mama... Zijn moeder zuchtte en trok hem verder. Weer nam Simon een kiezelsteentje uit zijn zak en het kiezelsteentje transformeerde in een grote kerstboom die hij aan de moeder gaf. Weer keken Simon en Daniel elkaar aan. Steentjes die veranderen: dan kan toch niet?



Ze liepen weer verder en waren halverwege school toen ze Kasper zagen. Kasper was het jongetje wat altijd werd gepest op school. Iedereen deed er eigenlijk aan mee al wist niemand goed waarom. Sommige kinderen zijn nou eenmaal altijd het pispaaftje en kinderen zijn keihard tegen elkaar. Simon pakte het kiezelsteentje en gaf het Daniel. Wat moeten we er mee doen? Daniel besloot samen met Kasper naar school te lopen en het kiezelsteentje in diens rugzak te laten glijden.

Eenmaal op school was Kasper een ander kind en de andere kinderen voelden het meteen. Het was een bijzondere dag geworden en Daniel en Simon konden nog niet goed bevatten wat er was gebeurd. De vreemde zwerfer en zijn vreemde kiezelsteentjes.



Toen ze buiten de school kwamen stond de zwerver plotseling voor hun neus. Ze schrokken zichtbaar en wisten zich geen houding te geven.

Wat hebben jullie het ontzettend goed gedaan! De zwerver sprak alsof hij wist wat de jongens gedaan hadden, op weg naar school. Daniel en Simon keken elkaar aan. Wie bent u eigenlijk en wat voor soort kiezelsteentjes heeft u ons gegeven? De zwerver keek om zich heen en zei: noem me maar de kerstgedachte. Als je om je heen kijkt is er heel veel wat je kunt doen om het leven voor anderen prettiger te maken en daar heb je geen kiezelsteentjes voor nodig. Hij gaf hen beiden een rode kaars en wenste de jongens een fijne kerst.

Terwijl hij wegliep zagen ze een kleine ster aan de hemel schijnen en daarna leek het alsof hij oploste in de verte. Daniel en Simon liepen stilzwijgend naar huis.





NU IK OUD BEN

WEET IK DAT

"een goed mens
zijn"

AL MEER DAN GENOEG IS

IN HET LEVEN

Carnet de voyage

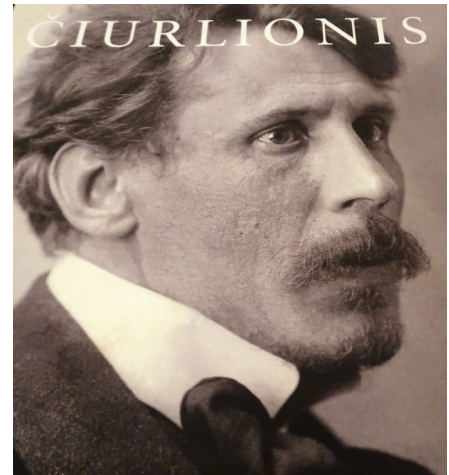
Is het een toeval of hoe zal ik het noemen?

Vilnius, 8 september 2017, una giornata particolare

Hoe het in het Litouws klinkt, weet ik niet. Na dagen regen en somberheid, eist de zon eindelijk nog eens haar rechten op. Heerlijk voor de start van een nieuw levensjaar

Čiurlionis

Ik heb een afspraak met de directeur van het Čiurlionis Huis in Vilnius. Mikalojus Konstantinas Čiurlionis, componist, schilder en bovendien de beroemdste kunstenaar van Litouwen, is bij ons nagenoeg onbekend. Toen hij op 35-jarige leeftijd stierf, liet hij nochtans een enorm oeuvre na. Directeur Rokas Zubovas beantwoordt mijn vragen uitgebreid; meer nog, speelt af en toe een stuk van de componist op de Bechstein piano.



Daar het mijn verjaardag is, trakteert hij me speciaal op 'De Nachtegaal' van Čiurlionis. Alvast een mooie intro van de dag. Boven zijn hoofd hangt het portret van de veelzijdige kunstenaar. Ze lijken op elkaar. Ma cousine, met wie ik samen reis, filmt dit intieme concertje dat doorgaat in de kamer waar Mikalojus een tijdje woonde. In de aanpalende ruimte krijgen we uitleg over zijn schilderijen.



Miniverjaardagsconcert



Een schilderij van de kunstenaar

Het zijn reproducties. 'Voor de originele moet u naar het museum in Kaunas,' zegt de directeur. Met een cd pianomuziek van de componist als presentje voor de jarige en een afspraak in het Čiurlionis Museum in Kaunas, door Rokas geregeld, verlaten we welgezind het huis.

Montmartre

Op aanraden van onze hospita gaan we richting Užupis. Dit stukje Vilnius, omsloten door een charmant zijriviertje van de Neris, wordt ludiek een mini-republiek genoemd. Auto's hebben het kenteken Uz, er is een eigen vlag en volkslied en de grondwet hangt ingelijst aan de gevels van de Paupiostraat. Kunstenaars en bohemiens hebben hier hun Litouws Montmartre. Bovendien is het opengalerijen weekend, kunst alom. We stappen een galerij binnen. Ik zie enkel doeken waarop vrouwen zijn afgebeeld. 'Hebt u nooit mannen geschilderd?' vraag ik. De blonde kunstenaar kijkt me een tikkeltje verbouwereerd aan. 'Ik heb ooit maar één man geschilderd,' antwoordt Editos Suchockytes en haalt het doek van achter drie andere portretten. Het is Mikalojus Konstantinas Čiurlionis! Wat een toeval.



De grondwet aan de muur.

Ik ben op slag verkocht. We bespreken de moeilijkheid het mee te nemen met frame; ik bedissel een prijs 'et voilà', de koop is gesloten. Editos, maakt het canvas los, rolt het op en ik zal de rest van de dag met Čiurlionis onder de arm door Litouws Montmartre dwalen. Nooit



Slechts één man geschilderd

maakte ik me zo vlug een man eigen. Als kers op de taart mogen we een kleine ets kiezen. De kunstenaar heeft achter mijn rug aan mijn nichtje voorspeld welke ik uit het voorgestelde tiental zal kiezen. Ik kies prompt het voorspelde. De dame is er niet goed van. De woorden 'witte heks' vallen. We moeten erom lachen; ma cousine krijgt tranen in de ogen. Ze heeft al zo vaak van die toevalligheden met mij meege-

maakt. Editos en ik vallen in elkaars armen. Wie wilt nu niet een knuffel van een witte heks? Ze geeft me bovendien een mooi magazine met een uitgebreid artikel over haar werk. Blijkbaar heeft ook de presidente van het land een werk van haar in huis.

De groet van de mus

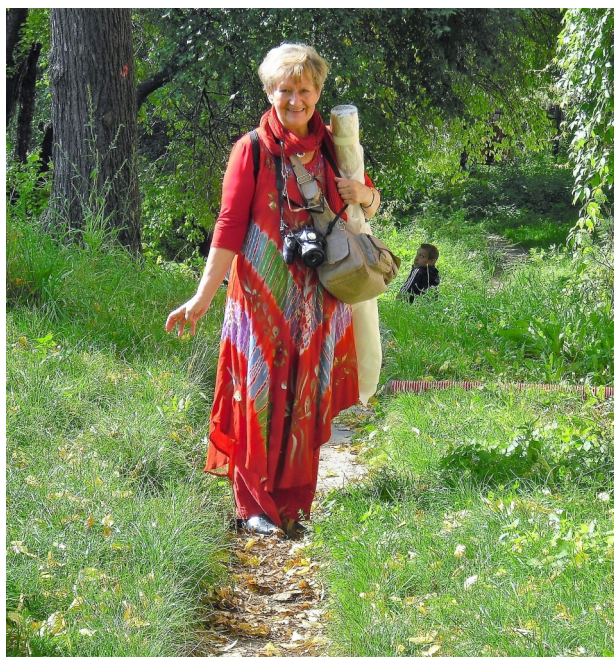
's Middags lunchen we in de mooie refter van de Kunstacademie. We drinken koffie op de binnenkoer vol groen. 'We zien nooit mus- sen in Vilnius,' merk ik op. Mijn woorden zijn nog niet koud of op de tak naast me komt één mus zitten, tjlpt en verdwijnt. Alles gebeurt zo simultaan dat we er tureluurs van zitten te kijken. Daarna geen Spatz (Duits voor mus) meer gezien.

Wandelen in een sprookje

We lopen langs de muur met de grondwet van het ludieke republiek- je. Achter halfvergane poorten ont- dekken we fotogenieke binnen- plaatsen. De vele bloemen, de met kwistige hand verspreide voorwer- pen die bij elkaar passen als een tang op een varken... het Parijse bohemien milieu ten voeten uit. Heel charmant bij een eerste oog- opslag, maar wellicht verduiveld moeilijk om er comfortabel te leven. Na elk bezocht van zo'n binnenkoer lijken we te hoppen van 19de naar 21ste eeuw. Op een bruggetje wor- den foto's genomen van een pas getrouwd stel. We wandelen langs de snel vliedende Vilnele. Zonne- stralen tekenen lijnen op het paadje waarover we huppelen als waren we zestien. Het geheel oogt sprookjesachtig, alleen kabouters ontbreken. Ongelooflijk: ineens zit op een steen een dwerg. Beleefd- heidshalve neem ik uiteraard geen



Ludieke binnenplaatsen



Discrete foto, als in een sprookje

rechtstreekse foto van de man. Hij is wel te zien op de achtergrond van het plaatje met opgerold schilderij onder mijn arm; foto discreet genomen door ma cousine.

Kafka in Vilnius

Wat verder zitten drie jonge mensen met hun hond in een ietwat verwaarloosde tuin. Ik blijf staan. De hond komt naar me toe, hij heeft een blauw en een bruin oog. Wanneer ik dat opmerk, vertelt zijn baasje dat hij blind is aan één oog. 'Hoe heet uw hond?' vraag ik. 'Kafka, Franz Kafka,' zegt de man terwijl hij de hond streelt.



Franz Kafka

Mijn hart slaat precies een slag over van het schrikken. 'Mijn hond heette ook Kafka,' repliceer ik. Wat alweer een toevalligheid. Ik zie er natuurlijk in dat mijn 'beesteke' vanuit de hondenhemel me een gelukkige verjaardag wenst. Ik neem het doosje met wat van zijn as, dat ik altijd bij me heb en leg uit wat ik wil doen. De jonge man geeft me toestemming er wat uit te strooien. Nu eens niet in de Taj Mahal, het boudoir van Sissi of in de hand van een Boeddha in Myanmar, maar in een volkstuintje aan de oever van een riviertje in dat mooie Vilnius strooi ik een snuifje van de as van mijn Kafkaatje.

Zo'n dingen die je 'toevallen' maken het leven draaglijk. Ik ben blij dat ik ma cousine als getuige heb, want wie gelooft nu zo'n verhaal? Soms is het niet uit te leggen, heeft het iets transcendenten. Voor velen valt het buiten het normale, voor mij is dit juist het normale. Wie nooit zo'n ervaringen heeft, mist veel.

Pianist wordt acteur

's Avonds bij het bekijken van onze foto's en het opzoeken van de biografische film over Čiurlionis (Letters to Sofija), bemerken we dat de Rokas Zubovas de rol van de componist/schilder speelt. En zo'n man speelde piano mijn verjaardag! Die ontdekking is alvast een mooie coda van een heerlijke dag vol toevalligheden.

Het toeval zet zich voort

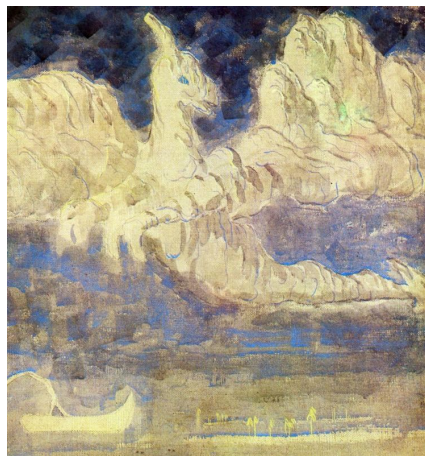
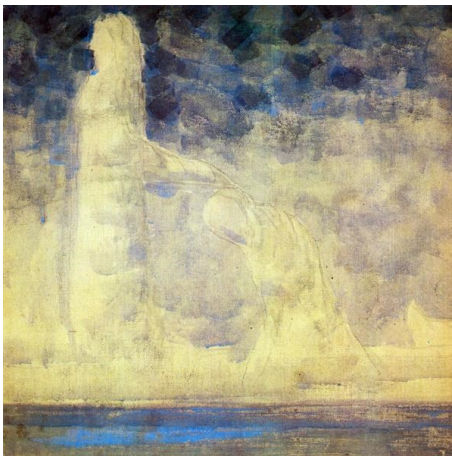
De volgende dag wordt een goede vriendin van ma cousine in Antwerpen begraven. Ze kan er dus niet bijzijn. Ik ben er rotsvast van overtuigd dat er wel een link naar de dierbare overledene op ons pad zal verschijnen. Wanneer we terugwandelen van kasteel Trakai naar de bushalte, stappen we de zoveelste kerk binnen. Bijna gaan we er voorbij, de krakkemikkige gevel oogt niet uitnodigend. En kijk, daar ligt in een open kist een vrouw opgebaard. Hoe vaak kom je nu zo iets tegen tijdens een reis. Ik zie ma cousine buigen voor deze dode terwijl ze haar vriendin gedenkt.

In een volgende kerk wordt 'toevallig' een kind ten doop gedragen. Dood en leven naast elkaar.

*Ik ben weer een jaartje ouder
wandel verder door mijn leven
dankbaar voor de ruiker toevalligheden
mij onderweg zo vaak aangereikt.*

Chris Rachel Spatz

(Foto's en tekst Chris Rachel Spatz)



Drieluik 'Reis van een prins'



De Dames op bezoek



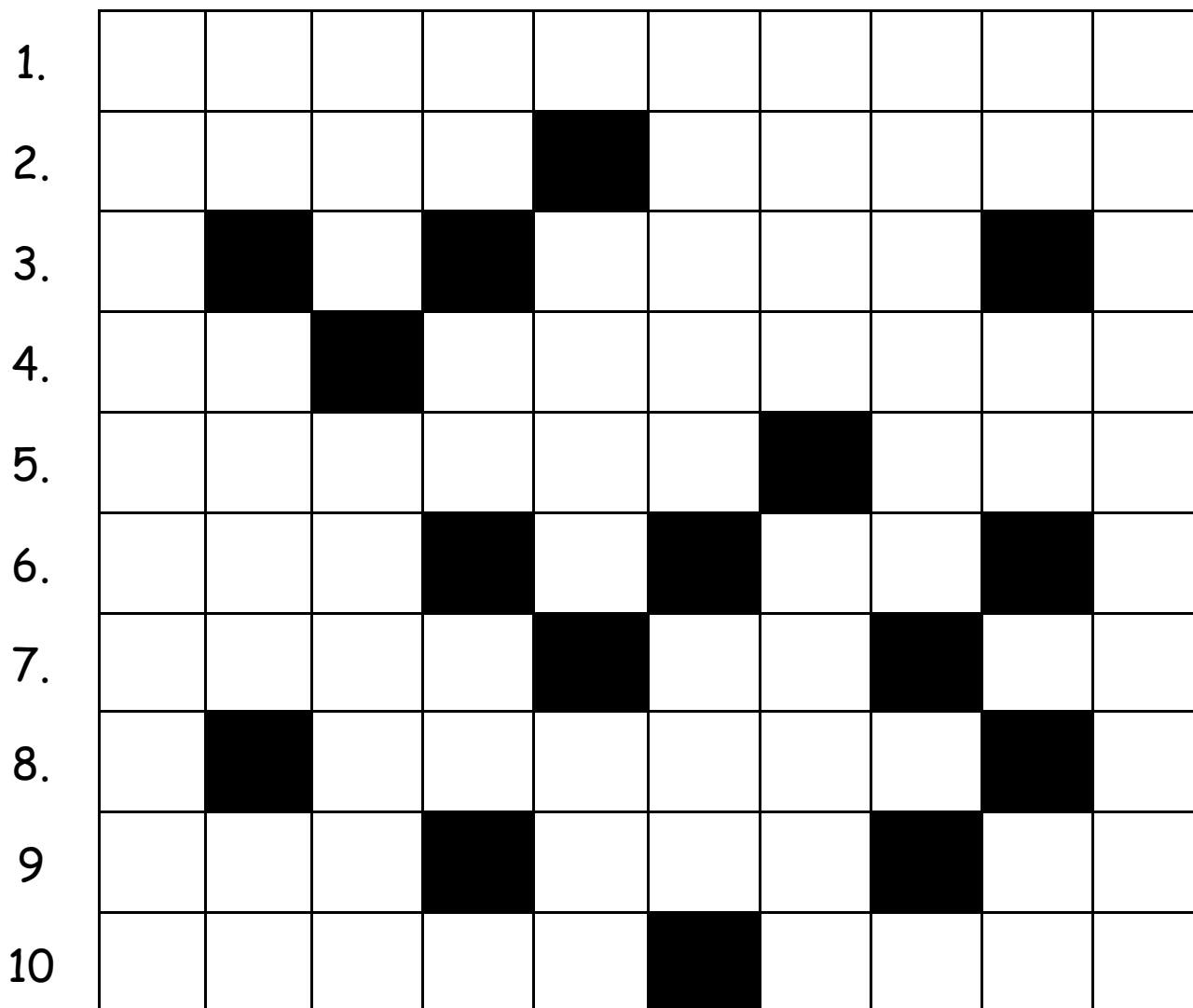
Herfstbal



Rondrit treintje

Kruiswoordraadsel

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.



Horizontaal

1. Hartige snack
2. Arabisch vorst – Britse zangeres
3. Eikschiller
4. Sint – de laatste adam uitblazen
5. Ontbrekende hoeveelheid – Bijbels priester
6. Bloei maand – reeds
7. Rivier in Firenze – aldus – bekende Vlaming (afk.)
8. Invoer
9. Deel van het gelaat – wilde haver – aluminium

10. Vervoermiddel – inborst

Verticaal

1. Evenement in december
2. In de voormiddag (Lat.afk.) – broos – ingenieur (afk.)
3. Deuntje – middel tegen koorts
4. De oudere (Lat.afk.) – landcode van Somalië – verstreken
5. Vervelend mens – nachtkleed
6. Waterijsje met drie smaken – verzameling levende dieren
7. Rivier in Polen – slagader
8. Soepgroente
9. Oude lengtemaat – 69 cm – slee
10. Sportterrein

OPLOSSING VORIG KRUISWOORDRAADSEL

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
1.	P	O	L	D	E	R	T	R	A	M
2.	O	M	A		L	I	A	A	N	
3.	E	A		K	I	T		D	D	T
4.	S	H	A	L	O	M		I	E	T
5.	J	A	D	E		E	R	O	S	
6.	E		E	T	C		E	L		L
7.		E	L	S		D		O	L	E
8.	L	R		E	C	O	L	O	O	G
9	E	N	E	N		K	O	G	G	E
10	Z	A	N	D	Z	A	K		E	R

Nog 42 dagen en het is zover!

Februari 2009. Adèle Vangrunderbeeck neemt definitief haar intrek in het rusthuis OLVA in Antwerpen. Het huis in Zaventem was te groot en de dagelijkse beslommeringen en huishoudelijke taken te zwaar. Niets liet vermoeden dat zij 8 jaar later nog steeds in het rusthuis zou verblijven. Of toch, haar kleinzoon Diederik bevestigde steevast “meter wordt nog honderd”.



En inderdaad, Adèle is op weg naar de honderd, binnen 42 dagen is het zover!

In die honderd jaar is de wereld sterk veranderd. Van een traditionele agrarische samenleving voor Wereldoorlog II naar een moderne maatschappij met Expo 58 als startpunt van de economische welvaart, over de Golden Sixties en Seventies, de onvoorspelbare jaren '80 en '90, de val van de Berlijnse muur om te eindigen in het digitale tijdperk, de 21^{ste} eeuw, waar grenzen meer en meer vervagen.

Hiertussen speelde zich het leven van Adèle af.

Kindertijd in Humelgem (provincie Brabant, nu Vlaams-Brabant)

De Grote Oorlog woedde nog in volle hevigheid toen Adèle op 11 januari 1918 in Humelgem, een gehucht van Steenokkerzeel in de toenmalige provincie Brabant, ter wereld kwam.

Haar ouders hadden een kleine boerderij, zoals zovelen toen op het platteland. Aan de boerderij was ook nog een café verbonden. Na Adèle werd er nog een zoon geboren.

De enige lagere meisjesschool voor de dorpen in de omgeving bevond zich in Steenokkerzeel. Dit was elke dag door weer en wind een kwartier te voet naar school en terug. Adèle was een pientere

leerlinge en ging graag naar school. Haar middelbare studies heeft zij gevolgd in het meisjesinternaat bij de zusters Ursulinen in Melsbroek (sinds 1960 MS-kliniek in samenwerking met het UZ Leuven). Het onderricht in het middelbaar onderwijs was toen uitsluitend in het Frans. Maar Adèle, leergierig als ze was, heeft dit met glans doorstaan. Toen zij 14 jaar oud was, in 1932, werd haar mama spijtig genoeg ernstig ziek. Zij diende de school te verlaten om voor het huishouden en haar zieke mama te zorgen. De mama leed aan een ernstige hartziekte. Gelukkig was er nog de grootmoeder die kookte en naaide.

Jeugd jaren en de oorlog

Adèle groeide op in de woelige jaren '20 en '30, een periode (tot 1940) die uitmondde in de Grote Depressie met inkrimping van de economie en grote werkloosheid als gevolg. Zij nam het leven zoals het was, en zoals vele jonge meisjes van haar leeftijd las zij boeken en hield zich bezig met handwerken, want van radio en tv was er toen nog geen sprake. Ook maakte zij uitstapjes naar Brussel en de naburige dorpen waar de familie woonde.

De kermis in de dorpen was het jaarlijkse hoogtepunt voor de aankomende jeugd. Adèle, die uitgegroeid was tot een mooie, jonge vrouw en die wist wat ze wilde, had haar zinnen gezet op ene Karel, een sportieve jongeman uit Melsbroek (tot 1956 de plaats van de nationale luchthaven). Karel, "Charel" voor de vrienden, wou van wielrennen zijn beroep maken en had al een aardig palmares bij elkaar gefietst. In het jaar 1936 moest Karel zijn legerdienst vervullen. De dreiging van een nakende oorlog stelde een einde aan zijn ambitie als wielrenner. Hij zwaaide niet af maar bleef gemobiliseerd tot 1938. Op 1



18 jaar oud

september 1939 viel Duitsland Polen binnen en opnieuw werd Karel opgeroepen. Zo trok Karel samen met het Belgische leger ten oorlog, in de geschiedenisboeken bekend als “de 18-daagse veldtocht”, d.w.z. vanaf de Duitse inval op 10 mei 1940 tot de capitulatie van het Belgisch leger op 28 mei 1940 door koning Leopold III. Tijdens die lange periode moesten Adèle en Karel het veelal zonder elkaar stellen en waren brieven hun enige uitlaatklep.

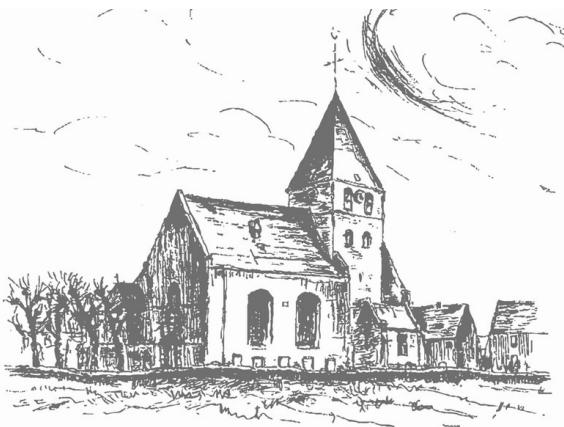


18 daagse veldtocht

Adèle, die vernomen had dat een deel van het Belgisch leger in Luik niet voor- of niet achteruit kon maar niet wist of haar Karel daar ook bij was, trosselde haar schoonbroer, ene Michel op, om samen naar Luik te gaan en Karel te gaan zoeken. Dit was een hachelijke en tamelijk gevaarlijke onderneming. Met de fiets trokken zij naar Luik, langs gebombardeerde dorpen en vernielde bruggen zodat ze zelfs per bootje de Maas dienden over te steken. Eenmaal daar aangekomen begonnen zij hun zoektocht en inderdaad, Karel was nog levend en wel.

1940 ... Toch wordt er getrouwd!

Gelukkig konden zij met een vrachtwagen met fiets en al veilig naar hun dorpen terugkeren. Eenmaal thuis was er geen houden meer



De Sint Catharinakerk in Humelgem

aan en werd de trouwdatum vastgesteld. Op 20 juli 1940 werden zij man en vrouw. Zij trouwden in de Sint-Catharinakerk in Humelgem, een prachtig oud romaans kerkje dat dateert van rond 950. Er werd nog eens duchtig gefeest voor de grote schaarste. Zij bleven nog een tijdje inwonen bij de

ouders van Adèle. Niet lang daarna stierf haar mama en ook haar papa overleed nog datzelfde jaar. Hoewel nog steeds oorlog besloten zij niet langer in Humelgem te blijven wonen.

Verhuis naar Zaventem in 1942

In Zaventem hadden zij een huis gevonden waarin een groenten- en fruitwinkel gevestigd was. Zij zagen dit beiden wel zitten. Het ouderlijk huis werd verkocht en in 1942 verhuisden zij met paard en kar naar Zaventem.

In Zaventem hebben zij samen met de Amerikanen, die daar een logistieke opslagplaats hadden omwille van de luchthaven van Melsbroek, de aftocht van de Duitsers en de bevrijding meegemaakt.

Toen de heropleving begon, ging Karel op zoek naar een auto. Zo kon hij paard en kar ruilen voor een auto. Hiermee kon hij zelf om verse groenten en fruit gaan naar de vroegmarkt in Anderlecht aan het slachthuis (nu nog altijd gekend als 'den Abattoir').

De tijd was nu ook rijp om een gezinnetje te stichten. Op 24 augustus 1947 wordt hun enige dochter Huguette geboren.



Ongeveer 30 jaar

Over “sportfilmavonden” met een krant

Karel heeft echter andere ambities. Nog altijd sportman in hart en nieren had hij het idee opgevat om van de voornaamste sportgebeurtenissen van het jaar een sportfilm te maken. Hij koopt zich een 16 mm camera en begint te experimenteren. Hij blijkt een natuurtalent te zijn en na ook een filmprojectieapparaat te hebben aangeschaft trekt hij zijn stoute schoenen aan en stelt de film voor aan “Het Laatste Nieuws”, de sportkrant bij uitstek. De bedoeling was de Vlaamse sportclubs aan te schrijven, waarin hen dan de mogelijk-



heid geboden werd om een “sportfilmavond” te organiseren: Karel kwam dan ter plaatse met film en materieel. De krant zag er wel iets in en startte de samenwerking op. Tussen 1952 en 1975 hebben Karel en Adèle de meeste parochiezalen, gemeentelijke zalen, boven- en achterzalen van de meeste dorpen en steden in het Vlaamse landsgedeelte van binnen en buiten gezien. En het bleef niet bij een filmvertoning. Karel, die een radde tong had,

nam ook interviews af van de toenmalige bekende sportvedetten, die maar al te graag voor hun supporters kwamen opdagen. Adèle, die een vlotte pen had, schreef in de beginperiode de teksten die als commentaar dienden op de film. Karel sprak de teksten in. Omdat het allemaal wat veel werd voor 2 personen, werden de sportjournalisten van Het Laatste Nieuws ingeschakeld om de teksten en commentaar te verzorgen. Elk jaar ook werd op vraag van de evenementendienst van het Belgisch leger rondgetoerd in West-Duitsland langs de kazernes waar de Belgische soldaten hun legerdienst vervulden.

Omdat een fruit- en groentewinkel openhouden moeilijk te combineren viel met de ‘sportavonden’, ging de winkel in 1959 definitief dicht.

De jaren '60 en '70

1965 was het jaar waarin Karel ook brood zag in de organisatie van koersen op rollen. Hij begon toen dan ook met het verhuren van materieel (fietsen gemonteerd op rollen) aan sportclubs. Geen beter stel om deze wielerevenementen op rollen uit te bouwen. Karel kon de fietsen herstellen en Adèle verzorgde de administratie.



Koers op rollen

In die periode was “Het Laatste Nieuws” actief aanwezig aan de kust tijdens de maanden juli en augustus. Op vraag van de krant werden er in de badsteden in de namiddag koerswedstrijden op rollen georganiseerd en als de avond viel werd de film vertoond, alles in openlucht. Aan de kleine supportertjes werd ook gedacht met koersfietsjes en rollen op hun maat. Dat gebeurde allemaal eind jaren '60, begin jaren '70.

In 1969 trouwt hun dochter en in 1975 wordt hun enige kleinzoon Diederik geboren.

Van 1980 tot in Antwerpen

Toen Adèle en Karel het welletjes vonden om kriskras de Vlaamse wegen te doorkruisen hebben zij zich volledig toegelegd op het verhuren van de koersrollen tot in de jaren '90.

Op deze verschillende periodes in haar leven blikt Adèle graag terug.



1982 - 64 jaar

Er werd echter niet alleen gewerkt, er werd ook genoten en gereisd. Ook de kookkunsten van Adèle mochten er zijn. Vele receptjes en tips kwamen nog van haar grootmoeder en houden nog tot op de dag van vandaag stand.

Het mag gezegd: Adèle was de stille kracht achter Karel, hij kon altijd op haar rekenen. Wat Karel ook deed, zij stond achter hem en steunde hem volkomen. Vele jaren vormden zij het ideale team. Zij vulden mekaar perfect aan. Ondanks hun vele verplaatsingen door het Vlaamse land waren zij een hecht gezinnetje en creëerden zij een warm nest voor hun dochter. Ook kleinzoon Diederik heeft veel mooie herinneringen aan zijn vakanties in Zaventem.



Met kleinzoon Diederik

Ondertussen is Diederik met Ilse getrouwd en is Adèle de trotse overgrootmoeder van 3 achterkleinkinderen: Laura, Nathan en Elise.

Heel wat jaren nog hebben Adèle en Karel van een gelukkige oude dag kunnen genieten. Samen vierden zij nog hun 60^{ste} en zelfs 65^{ste} huwelijksverjaardag. Daar denkt ze nog met veel warmte aan terug.



Samen met echtgenoot Karel

Karel, die al een tijdje met zijn gezondheid sukkelde, stierf in 2006 op 91-jarige leeftijd.



90 jaar - samen op de foto met dochter Huguette

Met de nodige hulpvoorzieningen kan Adèle nog een tijdje in haar huis blijven wonen om dan in 2008, na 66 jaar, Zaventem definitief achter zich te laten en te verhuizen naar Antwerpen. Zo bevindt ze zich dicht bij haar dochter, die in Edegem woont.

De laatste bladzijde is nog blanco, op naar



Vieringen in onze kapel

Woensdag
*Eucharistieviering
voorgegaan door
E.H. Ghislaine Tousse*

Zondag
*Gebedsdienst
voorgegaan door
Walter Op de Beeck*

Steeds om 10u30

VERKOOP

ZAPATTA SHOES & O'lijf

Vrijdag 2 maart 2018

vanaf 10u00 - feestzaal

**Kwaliteitsschoenen,
sandalen en pantoffels
Ondergoed & nachtmode
tegen
voordelige prijzen.**



Woordje van de kiné

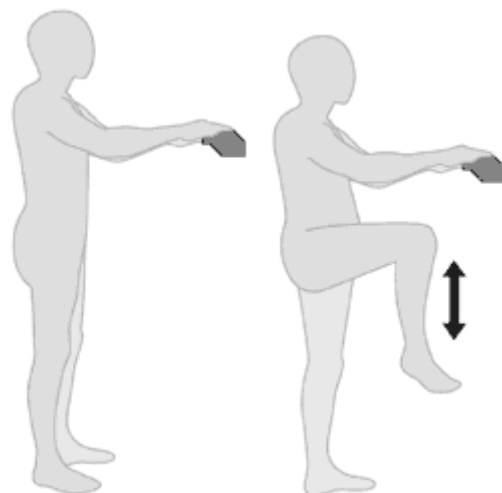
De feestdagen komen er aan en natuurlijk ook de lekkere feestmaaltijden. Om die extra calorieën snel weg te werken, hebben wij voor jullie een aantal effectieve oefeningen samengesteld.



Oefening 1:

Als je gemakkelijk recht kan staan, hou je dan vast aan een bar aan de muur. Breng vervolgens je knieën om de beurt naar boven. Hou dit 10 minuten vol.

Als je niet kan recht staan hef dan je knieën afwisselend in zit. Hou je rug zo recht mogelijk.



Oefening 2:

Maak met je handen twee vuisten, houd ze voor je, strek dan om de beurt je arm uit. Let op dat er niemand voor je staat.



Oefening 3:

Breng in zit de hiel van je voet naar de tegenovergestelde knie. Hou dit 5 min vol.

Oefening 4:

Breng je armen gestrekt naast je. Beweeg ze dan naar boven en weer naar beneden. Hou dit 5 min vol.



Oefening 5:

Even ontspannen, leg je handen op je schouders. En draai cirkels naar achter. Breng je borst naar voor.

Ziezo, weer een paar calorieën minder!
VEEL SUCCES EN PRETTIGE FEESTDAGEN!

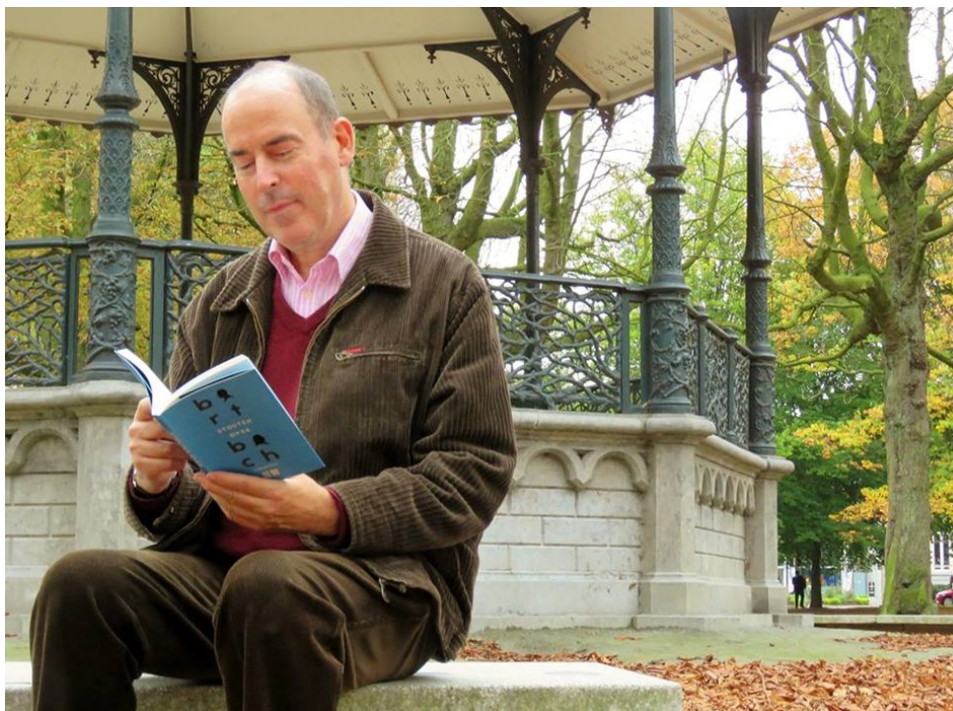
Charlotte-Geert-Arno



Afdeling	Namen	Locatie	Diensthof	Foto
Zorgafdeling 1	Sint Jacob	1ste voorbouw	Hayat Azahaf 03 213 66 71	
Zorgafdeling 2	Het Zuid	2de voorbouw	Dirk Van Hert- bruggen 03 213 66 72	
Zorgafdeling 3	Sint Anneke	3de voorbouw	Annemie Ryckx 03 213 66 73	
Zorgafdeling 4	Middelheim	3de achterbouw	Marlies Dockx 03 213 66 74	
	Stadspark	4de voorbouw		
	Zurenborg	4de achterbouw		
Zorgafdeling 5	Eilandje	Gelijkvloers achterbouw	Marie-Anne Boeykens 03 213 66 75	
	Sint Andries	1ste achterbouw		
	Harmonie	2de achterbouw		

Dienst	Diensthoofd	Foto
<p>Animatie-kiné-ego</p>	<p>Raf Stevens 03 213 66 67</p>	
<p>Assistentiewoningen Dagcentrum Buurtwerking</p>	<p>Wim Aernouts 0492 73 17 38</p>	
<p>Onderhoud</p>	<p>Patricia Marnef 03 213 66 83</p>	
<p>Keuken</p>	<p>Jan Janssens 03 213 66 63</p>	

Bart Stouten over Bach



een chaconne in woorden

Mijn partita in woorden zal lijken op Bachs beroemde Chaconne in d klein,' belooft Bart Stouten in het begin van zijn magistrale Bachboek. En hij houdt woord. Maar hij doet dit niet alleen. Beckett, Proust, Vivaldi, Pasolini, Joyce, Stravinsky, Berlioz, Anna Enquist, Ria Bollen en zovele anderen, elk op zijn of haar gebied, zijn zijriviertjes die uitmonden in de grote Bachstroom. Dankzij ontelbare interessante linken beland je in het vruchtbare deltagebied van het erudiete Stoutenbrein. *Woorden zijn afzonderlijk te specifiek, ze kunnen de planeet van mijn bewustzijn slechts bereiken door eerst een dampkring van associaties en connotaties te passeren.*

Trouwe luisteraars van Radio Klara zijn vertrouwd met zijn flamboyante eloquentie, zijn poëtische wervelingen en mooie, diepgaande woorden die een mens zijn dag oplichten. In dit werk neemt Bart de lezer mee langs de Via Appia naar zijn stervende Italiaanse vriendin Anna Rosa. Ze leerde hem Marsilio Ficino, de meest invloedrijke humanistische filosoof uit het herfsttij der middeleeuwen (alweer een zij-

rivier), kennen en hij correspondeerde met haar over Bach, *haar lieveling in de wereld van klassiek die ze als producer van de RAI door en door kende.*

Ingewijden zullen walsend door dit boek gaan; voor wie niet zo vertrouwd is met muzikale begrippen stelt de auteur zich op als liefdevolle leraar: *De chaconne is in wezen een thema met variaties, waar een nogal kort thema, een maat of vier, hardnekkig herhaald en gevarieerd wordt.*

Fascinerend is hoe Bachkenner Stouten de buschauffeur uit de film Patterson een rol laat spelen in zijn tekst-chaconne. Zoals die man zich plichtsgetrouw elke dag, in alle vroegte, door het nog ingeslapen stadje naar de garage begeeft, zo is ook voor Bach componeren een dagelijkse routine.

Even gul als de Meester in zijn creativiteit, stoffeert de Leerling-Tovenaar van dienst de entourage van de geniale componist met koortradities, instrumenten, etymologie, de zevenentwintig jaren die Bach in Leipzig doorbrengt, gebouwen... *Je voelt bijvoorbeeld dat zijn motetten wondermooi 'passen' bij de late gotiek van de kerk, en dat is heus niet alleen een kwestie van rekening houden met de afstand die de galm moet overbruggen van de ene kerkmuur naar de andere.*

De auteur laaft zich aan alle bronnen en gaat daarbij niet tot op het bot, maar tot in het merg, zoals in de passages over het koorgebeuren. Hij rafelt uit; neemt geen genoegen alvorens de laatste draad is blootgelegd. Je kunt hem allerminst van zuinigheid beschuldigen.



Als 'compagnon de route' in dit essay heb je bijna geen adem meer wanneer je zijn woordenstroom volgt. Daarna laat hij echter alles weer harmonisch in elkaar vloeien. Zijn rust wordt jouw rust. Er volgt stilte.

Indien muziek het onuitsprekelijke beoogt, zijn woorden dan overbodig of eerder een glijmiddel ter introductie van het Hogere? *Mijn liefde voor Bach liep vele jaren van mijn leven parallel met mijn ver-*

langen naar God. Deze en andere persoonlijke belijdenissen brengen auteur en lezer dichter tot elkaar. Achteraf vertelde mijn moeder dat ze tijdens mijn eerste drie levensjaren uitsluitend platen met Bachmuziek had gedraaid.

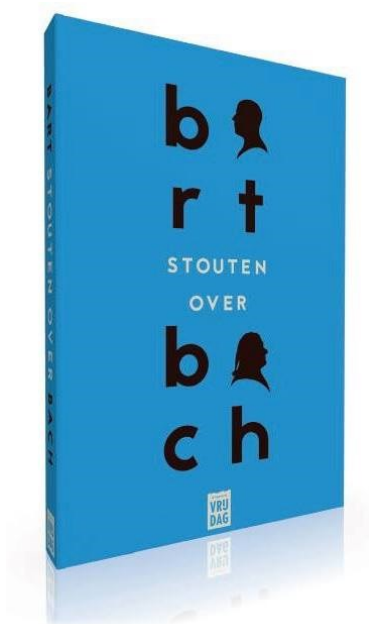
Wanneer het grote drama in Barts leven plaatsvindt, brengt Bach troost. *‘De muziek van Bach kan rust brengen, in alle denkbare omstandigheden,’* zegt Anna Rosa. *‘Ze verbindt leven en dood, die muziek. Zonder dood is Bach verloren.’*

Tussentitels hadden het lezen misschien een ietsje eenvoudiger gemaakt. Maar je raakt gewoon aan de reuzenlaarzen waarmee je Bart Stoutens interessante zijsprongen moet volgen en met een beetje inspanning wandel je weldra op muzikale kousenvoeten door dit essay. Deze *Chaconne in woorden* is tenslotte geen Bachboek voor dum-mies.

Chris Rachel Spatz , november 2017

Bart Stouten over Bach, ISBN. 9789460016066

Te verkrijgen in o.a. De Groene Waterman, Wolstraat 7, Antwerpen. Prijs, €18,50



Aanwezig:

Segers Walter, Lauwereins Fernand, Cooreman Rosalie, Goossens Adrianus, Van Beveren Maria, Verheyen Jenny, Verbuecken Francis, Rutten Celine

Aanwezig op uitnodiging van de gebruikersraad:

Aernouts Wim

Verontschuldigd:

Dietvorst Leopoldina, Lenart Marcel, Van Wiele Maria, Smits Marie-Louise, Kestens Carl, Ammerlaan Mathilde, Loubry Maria, Vingerhoets Jeanne, Ribbens Leo, Camilovic Sanja, Vijt Julien, Stubbe Hilda, Lafaut Philippina, De Smaele Alice, De Henau Josee, Van Campen Simone, Pecher Antoinette, Cockx Sven, De Schutter Kristel

Agenda:

1. Goedkeuring en opvolging verslag vorige vergadering

Verslag van de vorige vergadering overlopen.

Aanvullingen:

1.1 Brievenbus maaltijden B-gebouw

Brievenbus is beneden gehangen. Nu erg hoog, voor rolstoelgebruikers is dit onmogelijk om iets in te deponeren.

Wim zal de technische dienst vragen om deze lager te hangen.

1.2 Deuren

De bewoners blijven melden dat deuren zeer moeilijk te openen zijn. Veel moeite om de achterdeur aan de hoofdingang te openen.

Antwoord directie: oplossingen worden mee opgenomen in toekomstige investeringen.

1.3 Verlichting binnenplein

Er is nog geen herstelling of oplossing gebeurd. Dhr. Lauwereins bevestigt dit.

Antwoord technische dienst: in november zal de technische dienst over een hoogwerker beschikken zodat dit opgelost wordt.

1.4 Fiche noodgeval/crisis

Wij ontvingen van iedereen de gegevens terug met de correcties. De fiches zullen worden afgedrukt en in elke flat op ongeveer dezelfde plaats worden bevestigd.

1.5. Timer licht kelder B-gebouw

Niet zeker of dit werd aangepast.

Bewoners zullen Wim iets laten weten indien niet.

1.6. Groene poort

De groene poort is hersteld. De poort is te openen van buitenaf met code (6734F). Van binnenuit is er een oog. Indien u niet met een auto buiten gaat via de poort dient u uw hand voor het oog te houden. De poort opent zich automatisch.

De groene poort sluit elke dag rond 18 uur.

Bezoekers hebben bij ontvangst van hun rode druppelsleutel de code van de poort gehad.

2. Ramen C-gebouw

De ramen in C-gebouw zijn vervangen. Uiteindelijk werden enkel de terrasramen aan de achterkant van het gebouw vervangen.

Er zijn ook problemen met de ramen in de slaapkamer van mevr. Loubry (C002) en dhr. Verbuecken (C402). Bij hen is er niets gebeurd toen er aan de ramen in het C-gebouw werd gewerkt.

Wim zal dit aan de technische dienst doorgeven.

3. Sloten B-gebouw

De bewoners van assistentiewoningen van Cauwenhof I hebben een klacht over het gebrek aan communicatie betreffende het feit dat het slot aan de tussendeur en achterdeur niet vervangen werd.

Kinderen hadden hun blauwe sleutel al terug bezorgd. Mevrouw Lafaut (C401) had dit ook gedaan via kennissen (gezien zij in het ziekenhuis verbleef), zij kon deze week bij haar ontslag niet binnen.

Kan er in de toekomst beter gecommuniceerd worden bij last-minute problemen van technische aard.

Bijkomend merkt mevrouw Rutten op dat slot erg stroef gaat.
Kan dit ook nagekeken worden?

4. Fouten huiskrant

Dhr. Segers merkt op dat zijn leeftijd fout vermeld is in de Huiskrant.

Ook mevrouw Kevelaers haar geboortedatum is foutief.

Wim zal dit doorgeven aan de desbetreffende dienst.

5. Kelder C-gebouw

Er is afgelopen maanden een aantal keer wateroverlast geweest in de kelder van gebouw C. Bewoners hebben hier veel hinder en schade van gehad.

Men hoopt dat de oorzaak hiervan wordt gevonden en dat dit zo snel als mogelijk wordt opgelost en dat hier over duidelijk en direct gecommuniceerd wordt met hen.

6. Waterwerken

Er zal op vrijdag 22 september tussen 9 en 12 uur geen water zijn omwille van werken aan de waterleiding.

7. Vragenuur

Vanaf 14 november zal er op dinsdagnamiddag een vragenuur zijn van 14 tot 16 uur.

U kunt terecht in het bureau van Wim (schuin tegenover sociale dienst).

Vragen rond thuiszorg, problemen van niet dringende aard, persoonlijke

vragen, vragen rond factuur enzovoort... kunnen dan gesteld worden.

8. Varia

8.1. Roken

Mevrouw Cooreman heeft een opmerking over roken in de flat. Er is een contradictie tussen roken op de flat en de verplichting van brandwerende gordijnen.

Verder wordt opgemerkt dat men de directeur tijdens de vergadering het afgelopen jaar nog niet heeft gezien. Bewoners assistentiewoningen vinden dit spijtig.

8.2. Overlast studenten

Verschillende bewoners hebben opnieuw last van studenten. Aan de overkant van de universiteit zitten vaak tot heel laat studenten drank te nuttigen en lawaai te maken.

Bij overlast 's nachts kunt u de Blauwe Lijn contacteren. Tel. 0800 123 12. We moedigen dit aan zoveel mogelijk te doen zodat de politie op de hoogte is.

8.3. Wateroverlast

Wanneer het lang of hard regent blijft er op weg naar gebouw A veel water staan. Bewoners van gebouw B moeten zich via deze weg naar het restaurant begeven. Kan dit opgelost worden? Via gebouw C gaan is geen goede oplossing gezien de hoeveelheid en de zwaarte van de deuren.

9. Extra toevoeging verslag

9.1. Water

Vanaf 1 november zal er enkel op woensdagnamiddag water geleverd worden met een minimum van 6 flessen. U kunt de bestelbons deponeren in de maaltijdenbrievenbus ten laatste op woensdag vóór 12 uur.

9.2. Incontinentiemateriaal

Er werd incontinentiemateriaal bij de bak voor PMD gevonden. Incontinentiemateriaal hoort bij het restafval en niet bij het PMD. Gelieve hier rekening mee te houden.

**Volgende vergadering:
Donderdag 7 december om 14.00 uur
in zaal Teniers**

Door de knip in de Leien liggen grote stukken van centraal Antwerpen opgebroken. Dit zorgt voor de nodige verkeersproblemen. Dhr. Muësen diepte enkele foto's op uit de tijd van de aanleg van de premetro om aan te tonen dat Antwerpen eerdere grote werken ook al overleefde.



Verslag gebruikersraad woonzorgcentrum

27 september 2017

Aanwezig:

Mevrouw Jacobs, Thys, Bruwiere, Lescowier, Pauwels, Wuyts, Peeters, De Ben, Niemeyer, Claessens

De heer Hoefkens, Cohen, Jaspers,

Verontschuldigd: mevrouw Van Caeneghem

Aanwezig op vraag van de bewonersraad: Sven Cockx (algemeen directeur), Andy Gilles (departement bewonerszorg), Kristel De Schutter (sociale dienst/ ombudsdienst - verslag)

Agenda:

1. Goedkeuring en opvolging verslag van 14 juni 2017
2. Verkiezing voorzitter gebruikersraad
3. Vragen, opmerkingen en wensen i.v.m. functioneren van de diensten
4. Overzicht klachten 2016
- 5.

We starten de vergadering met een minuut stilte voor E.H. Eilers die 24 september overleed. E.H. Eilers was aangesteld als priester en lid van de gebruikersraad.

1. Goedkeuring en opvolging verslag 14 juni 2017

Volgende punten vragen nog opvolging :

- wasmachine en droogkast voor bewoners van het WZC: graag een handleiding voor de droogkast.
 - bloembakken op terras. Er werden een aantal bloembakken in orde gebracht. Er zijn nog steeds beschadigde en dode planten en bomen. De nieuwe parasols werden goed gebruikt de voorbije zomer.
 - kunnen de flats gelegen aan de Lange Winkelstraat ook uitgerust worden met een zonnescherm ?
- ⇒ Voorlopig zijn deze investeringen niet meegenomen op korte termijn. De directie neemt wel al deze vragen mee in een investeringsplan voor de komende jaren.

2. Verkiezing nieuwe voorzitter gebruikersraad :

Bewoners kunnen zich nog steeds kandidaat stellen.

Op een volgende vergadering worden de kandidaturen verder besproken.

3. Vragen, opmerkingen en wensen ivm functioneren van de diensten

- De heer Andy Gilles brengt verslag uit van het menucomité van 4 september.
- Graag dringend de verlichting in orde brengen ter hoogte van de inrit aan de Lange Winkelstraat. Dit werd reeds meermaals gevraagd.
⇒ in het najaar komt een externe firma de ruiten wassen en dan zal onze technische dienst gebruik maken van de beschikbare hoogwerker om zo alles in orde te brengen.
- De gebruikersraad meldt dat de deuren in de gangen moeilijk te openen zijn. Het betreft hier –verplichte– branddeuren die bij brand het gebouw opsplitsen in compartimenten. Op deze deuren zullen in de toekomst pompen geplaatst worden. Deze pompen ontgrendelen bij een brandalarm. Momenteel wordt nagekeken op welke deuren een pomp noodzakelijk is. De gebruikersraad geeft aan dat vooral de deur ter hoogte van de keuken/twee liften dringend is.
- De bloembakken op het terras zouden een opfrisbeurt kunnen gebruiken, een gedeelte van de planten is beschadigd en dit geeft een slordige indruk. Ook sommige planten in de algemene delen van het woonzorgcentrum kunnen wat aandacht gebruiken, er wordt voorgesteld om bijvoorbeeld een vrijwilliger hiervoor aan te stellen.
- Bewoners melden dat ze soms maar een tasje koffie bedeed krijgen. Als de kleine koffiekannetjes correct gevuld worden is dit voldoende voor twee tasjes koffie. We zullen aan de medewerkers vragen om deze afspraken te volgen.

4. Overzicht klachten

In 2016 werden er 21 klachten/suggesties geregistreerd. Er werden ons 1 suggestie overgemaakt en 20 klachten

Melding

16 klachten werden schriftelijk overgemaakt, 4 mondeling. De klachten wer-

den voornamelijk (15 klachten) door familieleden geformuleerd, 3 klachten werden ons door bewoners gebracht. Eén klacht werd anoniem overgemaakt, en één klacht door een personeelslid.

Inhoud

De meeste klachten (9) hadden betrekking op de zorg/ bejegening door zorgmedewerkers.

Verder kwam aan bod:

- de wasserij/kledij (werking/facturatie): 4,
- vervoer dagverzorgingcentrum: 1,
- werking brandcentrale assistentiewoningen:1,
- maaltijden: 2;
- allerlei: administratie /facturatie: 3

1 klacht werd ingediend door een bezoeker van het dagverzorgingscentrum, twee klachten betroffen de werking van de assistentiewoningen. De overige 19 klachten hadden betrekking op het woonzorgcentrum.

Opvolging

- vormingen (o.a. klantgericht werken) voor medewerkers
- opstart werking 'avondpermanentie' door diensthoofden en leden van het overlegcomité om zo de noden van de bewoners, familieleden en medewerkers tijdens de avonduren beter in kaart te kunnen brengen.
- koppeling brandcentrale assistentiewoning
- evaluatiegesprekken met familieleden en hoofdverpleegkundigen
- kosten van wasserij ten laste genomen
- zitplaatsen voor bezoekers in inkomhal (werd gerealiseerd met einde bouwwerken)

**Volgende vergadering:
woensdag 20 december 2017 om 15.00 uur
in de vergaderzaal Rubens op het gelijkvloers
(naast bureel sociale dienst)**

Vooruitblik op ...

Het Letterenhuis

28 februari

Wilt u de handschriften van Conscience, Van Ostaijen of Elsschot met eigen ogen zien? Wilt u een frisse duik in de geschiedenis van de Vlaamse literatuur nemen? In het museum ontdekt u grote verhalen en petites histoires, onooglijke kladjes en oogstrelende boekwerken, vergeten parels en onvergetelijke klassiekers,



Elixir D'Anvers

23 januari

19 maart 1863, 2 uur in de ochtend. In een huis in een randgemeente van Antwerpen ontdekt François-Xavier de Beukelaer, na jarenlange opzoekingen, het recept van Elixir d'Anvers. Deze likeur die zeer snel beroemd werd omwille van zijn opmerkelijke digestieve en weldoende eigenschappen wordt nog steeds volgens de oude traditie bereid.



Brouwerij De Koninck

20 februari

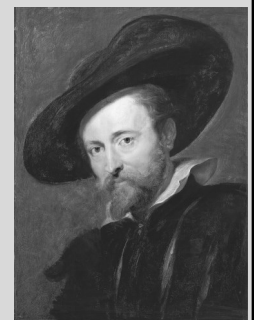
Zin om een echt Antwerps icoon beter te leren kennen? In verschillende themaruimtes kom je alles te weten over Antwerpen als bierstad, de Belgische bieren en het complete brouwproces. Tal van interactieve middelen en audiovisuele effecten zorgen voor een volledige onderdompelen in de wereld van deze Stadsbrouwerij. Het wordt leerzaam, boeiend, maar vooral ook heel plezant.



Van Rubens tot Mayer

27 januari

Vandaag maken we een wandeling door het verleden. We trekken de stad in voor een tocht door het verleden. Een eerste stop maken we aan de Wapper waar we het Rubenshuis bezoeken. Vervolgens wandelen we verder naar het museum Mayer van den Bergh om ook daar de nodige schilderijtjes te bekijken.



De koude trotseren

Verschillende data

De winter die door de stad trekt. De stad is kil en koud, maar op de een of andere manier straalt ze toch ook warmte en gezelligheid uit. En die warmte en gezelligheid gaan we zoeken.

In de maand december trekken we twee maal op winterwandeling. Begin januari is er ook nog een bibberwandeling gepland. Tijdens deze wandelingen zoeken we naar de kerstverlichting. Drinken we een gluhwein, wandelen we eens langs de kerstmarkt enz.



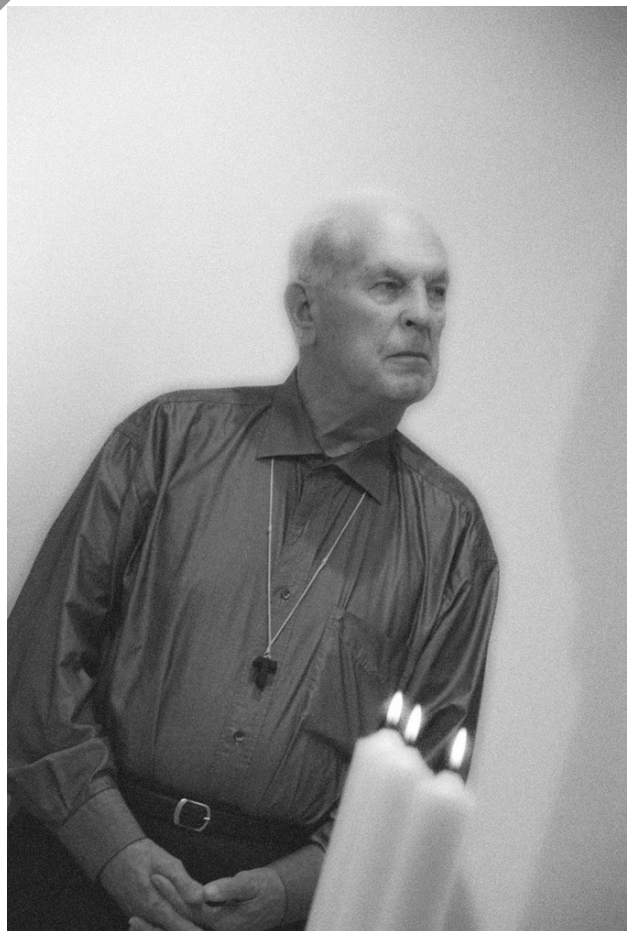
Voor boekenwormen

Leest u graag maar geraakt u moeilijk aan de juiste boeken?
Dan kan onze vrijwilliger Anja jullie waarschijnlijk helpen.

Er zijn twee mogelijke oplossingen die zij kan aanbieden:

- I. De grootletterboeken van de bibliotheek van het Rode Kruis:
Dit zijn voornamelijk romans, gedrukt in een groter lettertype, zodat ze goed leesbaar zijn voor iedereen.
- II. De boeken van de Openbare Bibliotheek
Om de paar weken trekt Anja naar de Openbare Bibliotheek om daar de boeken te zoeken die u graag leest

Interesse ? Laat het aan de animatiedienst weten.



In memoriam

**Eerwaarde Heer
Karel Eilers**

6 augustus 1933

~

24 september 2017

**Priester in ons
Woonzorgcentrum
2015 ~ 2017**

Wel & Wee

We verwelkomen:

- | | |
|-----------------------|--------|
| ♦ Mevrouw Leyse | DVC |
| ♦ Mevrouw Jenkins | K. 406 |
| ♦ Mevrouw Lindekens | K. 309 |
| ♦ Mevrouw Aerts | K. 225 |
| ♦ Mevrouw De Graef | C 202 |
| ♦ De heer De Brauwere | K 113 |
| ♦ De heer Taeymans | DVC |
| ♦ Mevrouw Poorteman | DVC |
| ♦ De heer Tsai | K 105 |
| ♦ De heer Carpentier | K 412 |
| ♦ Mevrouw Impens | K 144 |

*Een aantal mensen verbleven of verblijven
voor een korte periode in ons huis.
Wij wensen hen een aangenaam verblijf.*

We namen afscheid van:

† De heer Annemans overleed op 2 september	ZA2
† De heer Verhoeven overleed op 3 september	ZA4
† De heer Ksiezarczyk overleed op 11 september	ZA4
† E.H. Eilers overleed op 24 september	ZA4
† Mevrouw Fierens overleed op 28 september	ZA4
† De heer Heyvaert overleed op 30 september	ZA1
† Mevrouw Donckers overleed op 10 oktober	ZA5
† Mevrouw Petré overleed op 13 oktober	ZA4
† Mevrouw De Vogel overleed op 13 oktober	ZA2
† De heer Van Impe overleed op 16 oktober	ZA1
† De heer Van Mirlo overleed op 21 oktober	ZA4
† Mevrouw Van Heurck overleed op 21 oktober	ZA5
† De heer Haavardsholm overleed op 29 oktober	DVC
† Mevrouw De Bock overleed op 3 november	ZA1
† Mevrouw Van Gils Joanna overleed op 4 november	ZA1





Breien met Prins Dires



Parkwandeling



Seventies-bal

KERSTDINER

Donderdag

21 december - 12u00

Terrine van kreeft met basilicum

**

Pompoensoep met curry

**

Wildstoofpotje op grootmoeders wijze

**

Appel met veenbessen, witloof

Kers(t)tomaat

Aardappelgratin met

eekhoorntjesbrood

**

Zanddeegtaartje

met citroen en meringue

**

Koffie

Per bewoner kunnen maximum 2 personen inschrijven voor 30 euro pp., drank inclusief. Inschrijven kan via een lijst op de receptie tot en met donderdag 16 december.