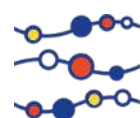


DE ROTONDE

Huiskrant woonzorgcentrum Roosendaelveld
Centrum voor dagverzorging De Kade en De Roos

Oktober 2024



ZORGBEDRIJF
RIVIERENLAND

Inhoud

Voorwoord	3
Actueel	
♦ Veggie dag - Werelddierendag	4-5
♦ Youca day - Dag van de ergotherapeut	6-7
♦ Wafelenbak - Brasserie Den Druppel	8-9
Uit en thuis	
♦ Huisraden Op den Toren	10-12
♦ Rabarberconfituur in de dagcentra	13
♦ De Stroom en Huis Lotus op reis	14-15
Wonen en leven	
♦ Creatief in de huizen en in de dagcentra	16-17
Weekmenu dagcentra	18-19
Activiteiten september Roosendaelveld	20-21
Activiteiten centra voor dagverzorging	22
Huisactiviteit	
♦ Recept van de maand	23
♦ Bewegen	24
♦ MOES-tuin en dieren	25
♦ Actief: Sportweek	26-27
♦ Train je brein met spelletjes	28-30
Prikbord centra voor dagverzorging	
♦ Nieuwe gebruikers - jarigen - wist je dat	31
Prikbord Roosendaelveld	
♦ Wij verwelkomen, wij nemen afscheid, jarigen	32
Terugblik centra voor dagverzorging	33-34
Terugblik Roosendaelveld	36-37
Wist je dit al?	38
Info Roosendaelveld & centra voor dagverzorging	39

Voorwoord

Beste bewoner, familie,

Een nieuwe maand, een nieuw seizoen, een nieuwe Rotonde. September is voorbij gevlogen. Iedereen terug aan het werk, studenten startten aan een nieuw academiejaar en de fijne momenten die we maakten in de zomervakantie worden nu herinneringen om te koesteren.



Herfst. De bladeren aan de bomen en struiken tonen nog een laatste keer hun kleurenpracht tot ze loslaten. De natuur gaat in rust en de temperatuur daalt gestaag.

Hier in Roosendaelveld gaan we niet in rust, integendeel. We gaan sporten, smullen van een breughelbuffet, herfstwandelingen maken, dieren knuffelen en op reis naar de Belgische kust.

We hebben ook een bijzondere gebeurtenis deze maand. We vieren een eeuweling. Maria De Haes wordt 100 jaar, als dat niet speciaal is. We wensen Maria en haar familie alvast een heel dikke proficiat en we zijn trots dat we dit moment samen mogen vieren.

Warme groet,

Debbie Bruyndonckx
Directeur

Redactie

Debbie Bruyndonckx
Vanessa Joossens
An Goossens
Mia Van Loon
Stefanie Bruggemans
Centra voor dagverzorging

Werken verder mee

Animatie-, Kine- en Ergoteam

1 oktober Wereld Veggies dag

Op 1 oktober is het Wereld veggie dag en dat vieren we natuurlijk ook hier in het woonzorgcentrum!

Wereld veggie dag is de perfecte gelegenheid om te proeven hoe lekker en verrassend vegetarisch eten kan zijn. Het is niet alleen goed voor onze gezondheid, maar ook voor de dieren en de planeet.

Dit jaar serveren we jou een heerlijke chili sin carne, deze wordt speciaal bereid met vegetarisch gehakt. Ook zonder vlees is dit gerecht rijk aan smaak, vol verse groenten, bonen en kruiden.

In het woonzorgcentrum stimuleren we een gezonde levensstijl en willen we de voordelen van vegetarisch eten onder de aandacht brengen.

Door samen te genieten van deze heerlijke, voedzame vegetarische maaltijd, dragen we bij aan een duurzame toekomst voor onze kinderen en kleinkinderen.

Doe jij ook mee?



Werelddierendag: Kom jij ook knuffelen?



Op vrijdag 4 oktober is het Werelddierendag. Die dag wordt in veel landen gevierd met allerlei evenementen rond het thema van dieren, dierenrechten en dierenbescherming.

Wij vieren deze dag in Roosendaelveld op **woensdag 2 oktober**.

Op deze dag mogen wij enkele dieren van het Tivoli park extra verwennen. Kom jij daarom op woensdagnamiddag een kijkje nemen in de tuin van de brasserie? De dieren wachten daar op jullie knuffels.



17 oktober: Youca dag

YOUCA Action Day 2024

Tijdens de YOUCA Action Day engageren zich jaarlijks meer dan 15.000 jongeren om 1 dag voor een bedrijf, organisatie, overheid, of particulier te gaan werken. Het loon dat iedere jongere verdient, 60 euro, gaat naar sterke jongerenprojecten wereldwijd. Dit jaar gaan de lonen van deze geëngageerde jongeren naar projecten die zich inzetten voor het recht op een schone, gezonde en duurzame buurt in Burundi, Gaza en België.

Ook in Roosendaelveld ontvangen we die dag 2 studenten die hier een hele dag komen helpen.

Zo draagt het zorgbedrijf ook haar steentje bij aan de projecten van jonge wereldverbeteraars.



Opgelet! Brasserie "Den Druppel" gesloten

Dinsdag 8 oktober en **donderdag 10 oktober** zal de brasserie uitzonderlijk gesloten zijn wegens de jaarlijkse personeelsvergaderingen. Dan komen alle medewerkers samen en wordt er aandacht geschonken aan verschillende thema's binnen Roosendaelveld.



Zaterdag 19 oktober hebben we de familie namiddag in de brasserie en zal de keuken ook gesloten zijn. Dranken wel verkrijgbaar.

Gereserveerde dagmaaltijden kunnen wel genuttigd worden in de brasserie.

27 oktober: Dag van de ergotherapie

Elk jaar op 27 oktober brengen we wereldwijd de 'ergotherapeuten' onder de aandacht. Dit jaar is het thema: 'ergotherapie voor iedereen!' Waarbij vooral aandacht besteed wordt aan bijzondere doelgroepen: zowel bij kinderen als volwassenen en ouderen met een bepaalde aandoening of beperking.

Wat betekent het woord ergotherapie?

De term is afkomstig uit het Grieks. Het woord 'ergon' betekent: handeling, werk of daad en het werkwoord 'therapieën' betekent: beter maken of genezen. Letterlijk betekent het woord ergotherapie: 'weer beter maken door te werken of te doen'.

Een ergotherapeut richt zich op het dagelijks handelen of de activiteiten van het dagelijks leven (ADL). Dus als een bewoner een probleem ervaart, ten gevolge van een ziekte, handicap of veroudering, denkt een ergotherapeut mee, hoe die persoon toch nog de dingen kan doen die hij / zij nog graag wil. De ene keer kan dat door de omgeving wat aan te passen maar er bestaat ook een heel gamma aan hulpmiddelen die we ter beschikking hebben. Een ergotherapeut leert de persoon dan ook aan hoe die gebruikt moeten worden.

Voor een ergotherapeut is een werkdag steeds anders omdat elke vragende persoon anders is en andere interesses heeft. Zo wil de ene misschien meer zelfredzaamheid behouden in de zorg voor zichzelf en een andere verkiest misschien een aangepaste hobby-activiteit

Wat is belangrijk voor een Ergotherapeut?

Er komen alle soorten mensen langs, dus het is belangrijk dat de ergotherapeut een goed inlevingsvermogen heeft om te kunnen denken en begrijpen wat een cliënt vraagt, voelt en wil. De nodige empathie zorgt er voor dat we ons kunnen verplaatsen in het denken en voelen van de bewoner.

Ook het levensverhaal van onze cliënt is erg belangrijk: Wie is die persoon? Hoe heeft hij geleefd? Wat is zijn / haar beroep en wat zijn zijn of haar hobby's? Allemaal aspecten die een rol kunnen spelen in de keuze van onze activiteiten.

Is er een verschil met kinesitherapie?

Bij de kinesitherapeut, zal je vooral bewegingen gaan oefenen zonder dat er een activiteit of werk aan gekoppeld is. Wat je leert in de kiné, kan je wel toepassen binnen de ergotherapie, door je oefening uit te voeren in een bepaalde taak of werk.

Wie zijn de ergotherapeuten in Roosendaelveld?

Stefanie Bruggemans

- > verantwoordelijk voor De Cirkel
- > verantwoordelijk voor Op den Toren
- > verantwoordelijk voor Onder den Toren

Mia Van Loon

- > verantwoordelijk voor De Stroom
- > verantwoordelijk voor Huis Lotus



Activiteit volgende maand

Zaterdag
2 november

● ● ★ ●
14u-17u

Brasserie
Den Druppel

WAFELS



Deze maand in Brasserie "Den Druppel"



Den Druppel

WILDMENU

26 & 27 OKTOBER

STARTERS

Hapje van de chef
Wildpaté met herfstslaatje, rode uienconfituur,
crumble van peperkoek
Kruidig pompoensoepje

HOOFDGERECHT

Hertenragout,
gekarameliseerd witloof, romige knolselder,
veenbes, dennenappel kroketten

DESSERT

Chocolade fantasie
met rode vruchten

Bezoeker: €30 - Bewoner: €15 - Reserveren via onthaal



Huisraad Op den Toren Huis 21-22-31-32

Algemeen:

Aan bewoners gevraagd om mee te gaan naar het winkeltje om fruit te kiezen.

Rode knop op armband: mag op geduwd worden als je iets nodig hebt en geen begeleiding in de buurt ziet.

Tubbe model uitgelegd.

De huiskrant overlopen (artikels, wat kunnen we aanpassen, want vinden ze fijn, wat missen ze?)

Nog eens herhaald dat er ook veel foto's in staan van activiteiten, die zij zelf ook doen.

Overlopen en bespreken van de georganiseerde activiteiten (positieve en/of negatieve ervaringen)

Otter Trotter: Was heel fijn. Lekkere drankjes en hapjes gekregen, ruim voldoende. Er waren geen extra schaduwplekjes voorzien, stonden hierdoor aan de zijkant en bijgevolg ver van het optreden. (Het was een warme, zonnige dag)

Zomerfeest: Barbeque was heel lekker. Volgend jaar mag er ook een optreden bij zijn.

Daguitstap naar zee op 3 oktober:

We gaan naar Nieuwpoort met een grote bus. We eten daar 's middags en 's avonds.

Huis 32: Alle bewoners (behalve Ghislaine), Elly en Sarah gaan mee

Huis 21-22: Enkele bewoners (Marcelle, Erna, Raymond en Simonne) en familie (Annemie, Els, Yves, Dirk, Pascale, Elvire, Dirk, Karin) gaan mee.

Huis 31: Enkele bewoners (Hilde, Vera, Jos en Guido) en familie (Marina, Nadia, Pierre) gaan mee

Kerstmarkt: Er zal hiervoor geknutseld worden met de bewoners.

De ideeën werden voorgesteld en goedgekeurd.

KV Mechelen:

Huis 32: Linde, Jef en Eddy willen graag naar een voetbalmatch van KV Mechelen gaan kijken.

Huis 21-22: Raymond wil graag naar een voetbalmatch gaan. Robert wil mee als er volk tekort is om te gaan.

Cinema Plaza:

Huis 31-32: Wanneer kan er naar het 2e deel van Sissi gekeken worden?

Huisraad Op den Toren Huis 21-22-31-32

Wandeling in een park:

Huis 32: De bewoners vinden een wandeling in Tivoli voldoende. Nadien zelfgebakken pannenkoeken eten in het huisje. Linde wil helpen bakken.

Huis 31: De bewoners willen in de week van 7 oktober nog eens een wandeling maken in het Vrijbroekpark. Cris kijkt na of er nog een busje vrij is.

De Breiclub:

Huis 32: Maria wilt ook graag naar de breiclub

Extra Activiteiten Huis 21-22

Muziekactiviteit met Kato: wordt door de bewoners erg gewaardeerd. Er wordt heel goed meegezongen, voor herhaling vatbaar.

Verjaardag Mieke 100 jaar op 23 oktober: Samen met de bewoners versiering voorzien/maken.

Extra Activiteiten Huis 31

Uitstap Planckendael: heel goed meegevallen.

Per bewoner een gevulde zak met regencap, flesje water, incontinentiemateriaal, ... was een heel goed idee.

Klassiek concert van Wim en Bart: was heel mooi. Iedereen heeft er erg van genoten, voor herhaling vatbaar.

Petanque: Jos wil graag nog gaan petanquen.

Extra maaltijden Huis 31

Tsegay geeft de bewoners elke namiddag een stuk fruit.

Avondmaal om 17u30: Loopt goed.

Wijn bij de maaltijd: enkele bewoners wensen wijn bij de warme maaltijd.

Per bewoner kan zijn/haar familie hiervoor zorgen.

Dit vond iedereen een goed idee: 1x/week graag samen een glaasje wijn gaan drinken in de brasserie.

Avondmaal om 17u30: Loopt goed.

Mossselfestijn: Heel lekker, vlot verlopen.

Grote dank aan Marina, Nadia en Pierre.

Huisraad Op den Toren Huis 21-22-31-32

Algemeen activiteitenkalender:

Moeten vroeger opgehangen worden, vanaf 1ste van de maand. Nu worden er activiteiten gemist omdat er soms al een week voorbij is.

Deelnemen aan algemene activiteiten:

Nog eens een oproep aan de bewoners om actief deel te nemen aan de activiteiten, ze vragen hier om door de begeleiding naar de activiteit gebracht te worden.

Zit- en dansgym:

De bewoners doen deze activiteiten graag, ze vragen om door de begeleiding naar beneden gebracht te worden.

Klachten en positieve meldingen i.v.m. de zorg/aankleding huisjes

De bewoners vinden dat de kamers/huisje de laatste tijd minder proper zijn. Ze begrijpen dat dit te maken heeft met de vele zieken en dus minder personeel.

Breughelfestijn - 17 en 18 oktober



Op **donderdag 17 en vrijdag 18 oktober** word je uitgenodigd op een Breughelmaaltijd in brasserie Den Druppel. We eten er balletjes met krieken, rijsttap en nog ander lekkers.

Dagcentrum maakt rabarberconfituur

Samen hebben we rabarberconfituur gemaakt.

Leen heeft voor de rabarber gezorgd, deze komt uit de tuin van haar mama.

Als we de rabarber zagen liggen, verschoten we van hoeveel er was geogst.

We mochten met z'n allen raden hoeveel kilo het ongeveer was.

De winnaar was Griet die het juiste gewicht van 11kg heeft geraden.

Dan zijn we met z'n allen aan de slag gegaan.

Iemand heeft de rabarber gewassen en anderen hebben gepeld of de rabarber in stukken gesneden.

We hebben er ook nog een ander fruit aan toegevoegd en dit was perzik.

Voor de middag was alles gedaan en stond de confituur al te pruttelen op het vuur.

Iedereen kon dan eens proeven en ze vonden het allemaal heel lekker.

Nu kunnen we onze boterhammen besmeren met heerlijke rabarber - perzik confituur.

Dat hebben we te danken aan ons Leen de zorgkundige van het dagcentrum.

Voor herhaling vatbaar en dank u voor wie er allemaal aan heeft meegewerkt.



Vakantie aan zee Huis Lotus / De Stroom

De vraag om eens op vakantie te gaan, werd in huis Lotus al menig maal gesteld. Dus hebben we er dit jaar eens werk van gemaakt en zijn we blij dat deze droom gerealiseerd kan worden.



In maart / april gingen we op zoek naar een geschikte locatie en die hebben we gevonden in Nieuwpoort. Het domein ligt een eindje weg van het strand, maar Domein Rietvelde heeft alles wat we nodig hebben om er een gewone en gezellige vakantie van te maken. Geen hotel met vol pension, waar we aan tijden gebonden zijn, maar wel een mooie vakantiehoeve met een wei vol schapen, een pony, kippen,... en de hond van Katja en Francis mag ook nog mee!

9 bewoners hebben ingeschreven voor de reis en ook 8 medewerkers van de Stroom / Lotus zien het zitten om mee te gaan, samen met vrijwilligers Francis en Ann.

We vertrekken op maandag 14 oktober en komen vrijdag 18 oktober weer terug. Dan sluiten we onze reis nog samen af met een gezamenlijk avondmaal in het Knooppunt.

Om alles vlotjes te laten verlopen hebben we een weekplanning opgemaakt, maar afhankelijk van het weer, de wil en interesses van iedereen hoeven we die niet altijd te volgen. Wat al zeker op de planning staat, zijn: wandelen, strandjutten, een workshop in de Lenspolder, een BBQ, een boottocht, muziek, spel, iets gaan drinken en eten, picknicken, we gaan tijd te kort hebben!



Vakantie aan zee Huis Lotus / De Stroom



Steeds meer leven we samen naar de vakantie week toe. We maakten een aftelkalender die dagelijks wordt afgevinkt.

En tegelijkertijd praten we dan over de dingen die we willen gaan doen en over wat we zelf vroeger aan zee al hebben beleefd.

Ondertussen moeten we nog heel wat regelen, voorbereiden en afspreken, maar de motivatie en goesting om te vertrekken is zo groot, dat alles wel op tijd in orde zal komen!

Nieuwpoort, we komen eraan!!!



Creatief Atelier



Dagcentra - Activiteiten samen



2024 - zomer	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
WEEK 40	30/09/2024	01/10/2024	02/10/2024	03/10/2024	04/10/2024
Ontbijt	keuze uit zoet beleg peperkoek	keuze uit zoet beleg eitjes	keuze uit zoet beleg smeerkaas	keuze uit zoet beleg speculoospasta	keuze uit zoet beleg confituur
Soep	groentesoep	bloemkoolsoep	courgettesoep	tomaten-groentesoep	pastinaakvelouté
Middagmaal	vloentjes worst ajuinsaus witte kool in room natuuraardappelen	chilli sin carne zure room rijst	koninginnehapje tuinkers frietten	varkensgebraad graanmosterdsaus gestoofd witloof natuuraardappelen	visfilet Hollandse saus gestoofde prei natuuraardappelen
Alternatieve groenten	appelmoes	0	romanesco groenten	boontjes met dragon	jonge wortelen
Dessert	mokkapudding	cake	chocolademousse	roomijs	vers fruit
Avondmaal	keuze uit zoet beleg keuze uit hartig beleg	keuze uit zoet beleg keuze uit hartig beleg	keuze uit zoet beleg keuze uit hartig beleg	pens met appelmoes	keuze uit zoet beleg keuze uit hartig beleg

2024 - herfst	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
WEEK 41	07/10/2024	08/10/2024	09/10/2024	10/10/2024	11/10/2024
Ontbijt	keuze uit zoet beleg speculoos	keuze uit zoet beleg eitjes	keuze uit zoet beleg Luikse siroop	keuze uit zoet beleg confituur	keuze uit zoet beleg chocolade
Soep	preisoep	champignonsoep	paprikasoep	knolseldersoep	Provençaalse courgettesoep
Middagmaal	gehakt ballekes selder in tomatensaus natuuraardappelen	schnitzel picklessaus savooistampot met spekjes	rundsstoofvlees op Vlaamse wijze witloofslatje met appel frietten	kalkoenlapje currysous met ananas & fijne groenten pilafrijst	visfilet basilicumsaus boontjes met ajuin & tomaat natuuraardappelen
Alternatieve groenten	gesneden boontjes	wortelpuree	appelmoes	courgette in tomatensaus	spinazie
Dessert	rozijnenpudding	fruityoghurt	vers fruit	roomijs	liegeois vanille
Avondmaal	keuze uit zoet beleg keuze uit hartig beleg	keuze uit zoet beleg keuze uit hartig beleg	keuze uit zoet beleg keuze uit hartig beleg	haring met sla, tartaar	keuze uit zoet beleg keuze uit hartig beleg



Activiteiten

MAANDAG 30	DINSDAG 1	WOENSDAG 2	
	Wandelen 10u45	Dieren op bezoek 14u00 - tuin	
MAANDAG 7	DINSDAG 8	WOENSDAG 9	
Start Sportweek Basketbal 14u00	Wandelvoetbal 10u30	Zwemmen 10u45 Minigolf 14u00	
MAANDAG 14	DINSDAG 15	WOENSDAG 16	
Huis Lotus/De Stroom vertrek vakantie naar zee	Wandelen 10u45	Praat en Spel 18u00	
MAANDAG 21	DINSDAG 22	WOENSDAG 23	
Eucharistie 14u30	Breiclub 10u00 Wandelen 10u45	Creatief Atelier 14u30	
MAANDAG 28	DINSDAG 29	WOENSDAG 30	
	Wandelen 10u45	Bingo 14u30	

en oktober

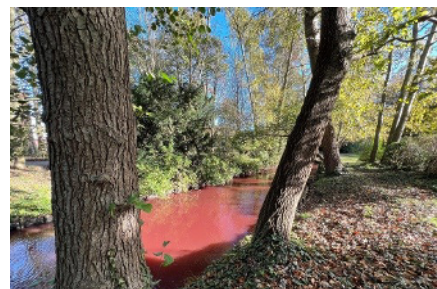
DONDERDAG 3	VRIJDAG 4	ZATERDAG 5	ZONDAG 6
Daguitstap zee De Toren Actieve gym 10u45	Zitnetbal 10u30		
DONDERDAG 10	VRIJDAG 11	ZATERDAG 12	ZONDAG 13
Zitgym 10u45	Zitnetbal 14u00 Dansavond 18u00		Eucharistie onthaal 10u00
DONDERDAG 17	VRIJDAG 18	ZATERDAG 19	ZONDAG 20
Zitdans 10u45 Breughelfestijn De Cirkel Op den Toren	Breughelfestijn De Stroom Onder den Toren	Info namiddag voor familie	
DONDERDAG 24	VRIJDAG 25	ZATERDAG 26	ZONDAG 27
Actieve gym 10u45 Planckendael Onder den Toren			
DONDERDAG 31	VRIJDAG 3		
Zitdans 10u45			

De activiteiten voor de maand oktober in het dagcentrum.

Week van 30 september tot 4 oktober

We zien dat er buiten weer verandering is van weer.

De herfst is in het land, dan kunnen we terug heerlijke herfstwandelingen maken. We kijken rond in de natuur en rapen bladeren op om er mooie herfst kunstwerkjes van te maken.



Week van 7 tot 11 oktober



Het is toch zo belangrijk om in beweging te blijven.

Deze week gaan we elke dag bewegen. We maken eens een wandeling.

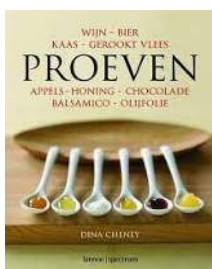
We wandelen door het huis en maken onderweg oefeningen met de Fit-o-Meter.

Dansen hoort er zeker ook bij, sla de beentjes maar eens goed los op goede dansmuziek.

Week van 14 tot 18 oktober

Nu dat het buiten kouder wordt, gaan we ons binnen bezig houden met iets lekkers te koken. Eerst zitten we samen, gaan dan boodschappen doen en gaan dan de slag.

Bedoeling is om deze lekkernijen te verkopen. Heb jij een idee?



Week van 21 tot 25 oktober

Wie kent de smaken? Kennen we de voedingsmiddelen die we opeten als we geblinddoekt zijn.

We kunnen ook proeven van iets dat we helemaal niet kennen. Hoe reageren we hier op?

Week van 28 oktober tot 1 november

We zijn gesloten op vrijdag 1 november

Dit is de week van Halloween. We werken met pompoen en maken hier een gezicht in. We maken misschien ook wel een lekkere pompoensoep met spinnen.



Recept: Walnotentaart



Ingrediënten voor 8 stukken:

- 350 gram walnoten + extra voor garnering
- 4 eieren
- 225 gram suiker naar keuze
- 1 citroen geraspt
- Eventueel: poedersuiker
- Bakvorm

Bereiding:

- Verwarm de oven voor op 190 graden.
- Maal de walnoten tot zand in een keukenmachine of blender. Niet te lang malen, want je hebt geen walnotenboter nodig.
- Splits de eieren, mix het eigeel met de suiker tot een romige massa. Voeg de walnoten en citroenrasp toe en roer goed door elkaar.
- Klop de eiwitten stijf tot er pieken ontstaan. Zorg dat de mixer en de kom vetvrij zijn. Snijd hiervoor de geraspte citroen doormidden en haal een helft over de haken en de kom.
- Meng het eiwitmengsel door het walnotenmengsel tot een homogene massa.
- Bekleed de bodem van de bakvorm met bakpapier en vet de randen in met olie.
- Stort het deeg in het blik en zet 40 – 50 minuten in de oven.
- Laat volledig afkoelen om het bakblik te verwijderen.
- Bestrooi met poedersuiker indien gewenst en garneer met een paar walnoten. De binnenzijde is een beetje smeugig zoals bij een brownie.

Samen bewegen - Fit blijven vanuit je stoel



Oefening: Roeien

Uitgangshouding: Strek uw armen recht voor u uit.

- Trek ze weer naar de borst, met de ellebogen in de zij. Herhaal deze beweging.
- Frequentie: 10 herhalingen. Indien mogelijk 3 keer per dag.



Oefening: Elleboog-knie

Uitgangshouding: Ga goed achterin de stoel zitten.

- Probeer uw linker elleboog en uw rechter knie naar elkaar toe te bewegen. Beweeg vervolgens weer terug naar de beginpositie. Probeer vervolgens uw rechter elleboog en uw linker knie naar elkaar toe te bewegen en beweeg vervolgens weer terug naar de beginpositie. Herhaal deze beweging.
- Frequentie: 10 herhalingen. Indien mogelijk 3 keer per dag.



Oefening Knie strekken in de stoel

Uitgangshouding: Ga goed achter in de stoel zitten.

- Streck de knie en trek hierbij de tenen naar u toe. Houd deze positie 10 tellen vast en zet uw voet rustig terug op de grond. Herhaal deze beweging om en om met beide benen.
- Frequentie: 10 herhalingen. Indien mogelijk 3 keer per dag.



MOES-tuin en dieren in Roosendaelveld

Zebravinken geboren in Roosendaelveld

Twee maanden geleden deden enkele vrouwelijke zebravinken de intrede in de kooi. Na deze intrede stierven jammer genoeg wat vogeltjes.

Nu hebben wij de heugelijke mededeling dat er twee zebravinkjes zijn geboren en hun vleugels al hebben uitgeslagen in de kooi.

Ze hebben nog geen rode bek of de juiste kleurtekening, daardoor kan je ze makkelijk herkennen als de 'jonkies'. Kom jij kijken naar hoe deze kleintjes snel groot worden?



Sponsor jij Karamel mee ? Enkele afspraken voor het huiskonijn.

Ons Karamelleke vermaakt zich afwisselend in haar binnen/buiten verblijf. Jammer genoeg zijn er enkele bezoekers die zonder toestemming Karamel bijvoederen. Dit zorgt er voor dat ze diarree krijgt. Bij deze een warme oproep om Karamel enkel te geven wat in het snoeppotje ligt. Staat er geen snoeppotje dan wil dat zeggen dat ze of alles al van extraatjes heeft gekregen of die dag geen extraatjes krijgt.

Daarnaast verkopen we nu ook karamellen (met en zonder suiker) om de aankoop van stro, hooi en eten te financieren. Alle steun is welkom.

Je kan ze kopen in de brasserie voor €3 per zakje.

Moestuin nieuws

De herfst doet zachtjes zijn intrede in de moestuin. We gaan binnenkort de gezaaide groente oogsten en de schade beoordelen, die hoogstwaarschijnlijk werd veroorzaakt door enkele vraatzuchtige slakken.



Sportweek in Roosendaelveld

**SPORTWEEK**
7 tot en met 11 oktober

maandag 7 oktober

14u basketbal
in de brasserie

woensdag 9 oktober

10u30 zwemmen
14u mini golf
in de brasserie

donderdag 10 oktober

10u30 zitdans
in de brasserie

dinsdag 8 oktober


10u30
wandel-voetbal
in de brasserie

vrijdag 11 oktober

14u zitnetbal
in de brasserie You can do it**Andere sporten:**

Doelwerpen, blikgooien, nijlpaardenspel en badminton ballon zijn beschikbaar.

Iedere afdeling heeft een afhaalmoment waarop zij deze activiteiten kunnen ontlennen.



Sportweek in Roosendaelveld

Van 7 oktober tot 11 oktober leggen we in Roosendaelveld de nadruk op sport en beweging.

"Ouderen die in een woonzorgcentrum wonen, bewegen veel te weinig. Zij brengen het grootste deel van hun dag zittend door. Daarbij bewegen ze minder en op een lagere intensiteit dan leeftijdsgenoten die nog thuis wonen. Dat is jammer, want bewegen is juist goed voor de gezondheid en kan voor de kwaliteit van leven veel opleveren.

In dit artikel lees je meer over de voordelen van bewegen en hoe je beweegmomenten kan toepassen om iedereen in beweging te krijgen."

Wat is de meerwaarde van bewegen en sporten?

Eerst en vooral verbeter je je uithoudingsvermogen, zorg je voor een betere coördinatie en spierkracht. Daarnaast houdt het je hersenen fit. Dat zorgt voor verbetering of verlenging van het zelfstandig uitvoeren van dagelijkse activiteiten. Als je dan zo druk bezig bent tijdens de dag dan slaap je uiteraard ook beter en langer. Dat is dan ineens een win-win voor de slaapkoppen onder ons. Door beter te slapen, meer zelfstandigheid en betere spierkracht zorg je ook voor een hogere kwaliteit van leven.

Wat houd je nu nog tegen?

"Ik zit in een rolstoel" - Je kan oefeningen in zit doen, ga bv. op donderdagvoormiddag regelmatig naar de zitgym of zitdans.

"Ik zit in een rolstoel en houd er niet zo van om deel te nemen aan groepsactiviteiten" - Vraag gerust een individueel trainingsprogramma aan bij de kine/ergo, doe kleine taken zelf zoals bv: je haren kammen. Lees de Rotonde want hierin verschijnen regelmatig oefeningen die je zelfstandig kan uitvoeren vanuit de rolstoel.

"Ik heb geen tijd" - Start bij het opstaan met je goed uit te rekken. Doe eventueel een set oefeningen die max. 2 minuten duren. Sta even recht nadat je 30 minuten hebt gezeten of doe een korte set oefeningen in zit. Doe samen met je gesprekspartner enkele oefeningen. Stretch nog even voor het slapen gaan. Doe zo veel mogelijk zelf. Ga bv. zelf een glas water halen indien je je veilig en zelfstandig kan verplaatsten.

Heb je nog een andere redenen waarom je niet kan sporten/bewegen? Spreek de kine/ergo aan en zij helpen je met plezier verder!

Kleurplaat



Even lachen met mopjes van Sven

Zegt de ene koe tegen de andere: "Waarom schud je zo met je kont"? Zegt de ander: "De boer is morgen jarig en ik maak alvast slagroom voor op de taart!"

Hoe noem je een varken op het ijs? Spekglad.

Wat heeft 4 ogen en kan niet zien? Een dobbelsteen.

Wat krijg je als een hond te lang in de zon ligt? Een hotdog.

Een ei en een tomaat zitten in de wachtkamer van de dokter. Vraagt het ei aan de tomaat: 'Zo, zonnebrand vergeten?'

Een kip komt de ontbijtzaal van een hotel binnen. 'Een eierdopje en wat zout graag', zegt ze tegen de ober. 'Voor de rest zorg ik zelf.'

Twee Schotten verlaten hun stamkroeg na een stevige borrel. Terwijl ze over straat zwalken, roept de ene: 'Wat gek zeg, ik zie alles dubbel!' Waarop de andere Schot zijn portemonnee te voorschijn haalt en zijn vriend een bankbiljet van een pond geeft, met de woorden: 'Hier heb je de twee pond terug die ik van je heb geleend.'

Na een onderzoek van de lever, vraagt de dokter aan de patiënt:

- Wat drinkt u?
- Wel, het hangt ervan af wat u in huis hebt, dokter.

Twee eieren komen mekaar tegen. Het ene ei zegt: Ik ben blij dat ik u nog eens zie. En hoe is het nog met uwe zoon? Zegt dat ander ei: Zeer goed hoor, hij is advocaat geworden. Dan vraagt het eerste ei weer: En hoe is het met uw dochter? Het tweede ei antwoordt: Dat is minder, die zit in de puree.



Woordzoeker - rebus

Huisdieren



cavia

kat

parkiet

slang

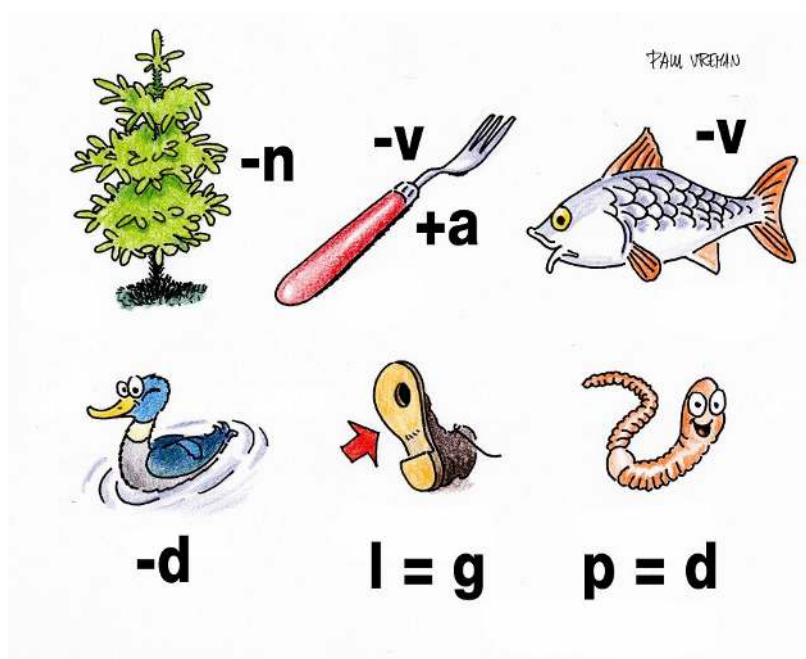
hond

vissen

konijn

papegaai

hamster



Centra voor dagverzorging

Verjaardagen

De Kade

5/10/2024	De Moor Betsy	88 jaar
09/10/2024	Michiels Marc	72 jaar
17/10/2024	Andries Jan	71 jaar
18/10/2024	Caluwaerts Josée	75 jaar
22/10/2024	Straetmans Maria	72 jaar
22/10/2024	Vandeputte Nandje	83 jaar
24/10/2024	De Jongh Betty	68 jaar
25/10/2024	Van Den Avont Joanna	96 jaar



De Roos

Geen Jarigen

De nieuwe gebruikers



Delaet Pieter
Wernaerts Annie
Mons Wilfried

Nieuwe bewoners Roosendaelveld

Armand Rillaerts

De Stroom

Huis 12

Helga Kordt

Onder den toren

Huis 1

Nieuwe medewerkers

Benita Acheampong

Op den Toren

Zorgkundige

Wendy Andries

De Cirkel

Woningsassistent

We nemen afscheid van

Zolang we niet vergeten, gaat niets verloren.



Jarigen oktober Roosendaelveld

Onder den toren :

Noëlla Cottinie	4 oktober
Lea De Schryver	9 oktober
Zehra Nanji	24 oktober

Op den toren :

Paula Heylen	11 oktober
Robert Ergo	20 oktober
Mariette Verschueren	22 oktober
Maria De Haes	23 oktober
Jef Van der Auwera	23 oktober
Maria Van Hemelryck	28 oktober



De Cirkel :

Monique De Meyere	6 oktober
Ronald Van der Velde	11 oktober
Mike Van Saet	26 oktober
Victor Vancamp	30 oktober

De Stroom :

Geert De Laet	25 oktober
---------------	------------



Helpende handen - word jij ook vrijwilliger?

Ken je iemand of zou je graag zelf wat meer deel willen uitmaken van het wonen en leven in het woonzorgcentrum, laat het ons weten of stuur een mailtje naar An Goossens — an.goossens@zbrivierenland.be









... we voor familie en vrienden een familienamiddag organiseren op zaterdag 19 oktober 2024 (13u-17u)

Op het programma: reflectie drie jaar woonzorgcentrum Roosendaelveld & lezing rond "dementie, anders beleven".

Inschrijven kan via het onthaal.

... we een wafelenbak (én pannenkoekenbak) hebben op 2 november.

... er een herdenkingsdienst plaatsvindt op maandagavond 4 november.

... de data voor de familiefeesten vastliggen.

Op deze dagen gaan we met z'n allen de eindejaarsperiode in en vieren we het voorbije jaar met een heus feestmenu. Uitnodigingen gaan de deur uit in de loop van de maand november.

Dagcentrum De Roos: dinsdag 10 december

Dagcentrum De Kade: donderdag 19 december

De Cirkel Huis 11-12-21-22: zaterdag 7 december

Huis Lotus – De Stroom 11-12: zondag 8 december

Onder den Toren Huis 1 & 2: donderdag 12 december

Op den Toren Huis 21 & 22: vrijdag 13 december

Onder den Toren Huis 11 & 12: zaterdag 14 december

Op den Toren Huis 31-32: zondag 15 december

Deze feesten gaan door op de middag.

Onthaal	015 97 04 00	rdv.onthaal@zbrivierenland.be
Onder Den Toren 1	015 97 04 18	
Onder Den Toren 2	015 97 04 19	onderdentoren.rdv@zbrivierenland.be
Onder Den Toren 11	015 97 04 21	
Onder Den Toren 12	015 97 04 22	
Op Den Toren 21	015 97 04 24	opdentoren.rdv@zbrivierenland.be
Op Den Toren 22	015 97 04 25	
Op den Toren 31	015 97 04 27	
Op den Toren 32	015 97 04 28	
De Cirkel 11	015 97 04 30	
De Cirkel 12	015 97 04 31	decirkel.rdv@zbrivierenland.be
De Cirkel 21	015 97 04 33	
De Cirkel 22	015 97 04 34	
De Stroom 11	015 97 04 36	destroom.rdv@zbrivierenland.be
De Stroom 12	015 97 04 37	
Huis Lotus	015 97 04 39	huislotus.rdv@zbrivierenland.be
CDV De Kade	015 970 470	dekade.cdv@zbrivierenland.be
CDV De Roos	015 970 480	deroos.cdv@zbrivierenland.be
Bus CDV	0477 874 675	

© **Verantwoordelijke uitgever:**

Gabriella De Francesco

directeur woonzorgcentrum Roosendaelveld

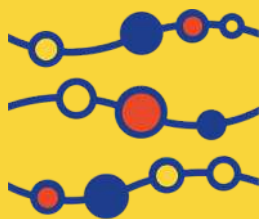
Debbie Bruyndonckx

2800 Mechelen

e-mail: debbie.bruyndonckx@zbrivierenland.be

website: www.roosendaelveld.be

facebook: [Zorgbedrijf Rivierenland](https://www.facebook.com/ZorgbedrijfRivierenland)



ZORGBEDRIJF
RIVIERENLAND

Lees alles over het wonen en leven in Roosendaelveld op
www.roosendaelveld.be