



HUISKRANTJE VAN

dunecluze
woonzorg aan zee

- 06 Doornhuys
- 11 Moeder- en vaderdag
- 21 Bezoek
- 26 Week van de beweging

#SAMEN
#CORONA

WIJ KUNNEN DIT



Inhoud

- 3 Voorwoord
- 4 Thuisverpleging
- 5 Dementie
- 6 Doornhuys
- 8 Kei
- 9 Vrijwilligers
- 10 Activiteiten
- 22 Activiteitenkalender
- 23 Personeel
- 24 Verjaardagen
- 26 Wistjedatjes
- 28 Bewoners
 - Nieuwe bewoners
 - Overleden bewoners
- 29 Koksijde leeft
- 31 Wie is het?

Voorwoord

Beste lezer,

En of 2020 een speciaal jaar aan het worden is...

We zitten allemaal met dezelfde vraagstelling :

- Is corona voorbij ?
- Is het nu allemaal veilig ?
- Is alles weer zoals voorheen ?
- Mag ik nu weer onbeperkt en vrij in het woonzorgcentrum op bezoek komen ?
- Etc ...

Op datum van vandaag, 16/06/20, is het nog even koffiedik kijken. Onze gefaseerde exit-strategie helpt ons stapsgewijs de versoepeling van de maatregelen door te voeren. Deze week zijn de bezoeken op kamer weer haalbaar. Het hoeft geen betoog dat de ontlasting en het enthousiasme bij bewoner en bezoeker groot zijn. De vereenzaming die sluipgewijs intrad, ondanks alle goed-bedoelde maatregelen, kan zo een halt toe geroepen worden. Een 'echt' bezoek kan nooit vervangen worden door virtuele toestanden.

Onze skypegesprekken, raamcontacten, etc... waren een tijdelijk goed alternatief maar wegen niet op tegen echt menselijk contact.

Dit is misschien ook wel mee te nemen als boodschap naar onze jeugd en moderne IT-ers en cybermensen. De virtualiteit in relaties en vriendschappen, en zelfs virtuele rijkdom, weegt niet op tegen het echt-zijn.

Onze eerste vrijwilligers komen al binnen en onze zo geroemde werking op dat vlak willen we natuurlijk weer stapsgewijs opnemen.

We hopen dat het 'nieuwe normaal' ons leven, in en buiten Dunecluze, niet teveel zal bepalen en dat er nog ruimte zal zijn voor een gewoon bestaan.

Want moeten we niet zo veel mogelijk gewoon 'gewoon' doen, het leven is al ingewikkeld genoeg.

Speciale dank aan ons ergoteam dat voor de bezoekers een belangrijke rol heeft gespeeld in deze tijden. En binnen dat ergoteam nemen we eind van de maand ook afscheid van 2 speciale mensen binnen ons ergoteam : Hilde en Ingrid zonder wie we nu verder moeten en waarbij Hilde ons toch een mooie cultuurerfenis nalaat. Veel dank hiervoor en het ga jullie beiden goed.

Met vriendelijke groeten
Jan Nagels



Thuisverpleging

Wees een verpleegkundige niet alleen met je handen maar ook met je hart:

Zalig... zegt een bejaarde
Zalig zij, die begrijpen dat ik niet meer zo vlug kan stappen en dat mijn handen beven
Zalig zij, die weten dat ik vandaag meer moeite heb om te horen en dat mijn ogen niet meer zo goed meer zien
Zalig zij, die aanvaarden dat mijn geest wat meer tijd nodig heeft om te begrijpen
Zalig zij, die done alsof ze niet zien wanneer ik aan tafel zit te morsen
Zalig zij die glimlachend even blijven staan voor een praatje en me rustig laten vertellen over die schone tijd van vroeger
Zalig zij, die nooit zeggen, het is al de derde keer dat je hetzelfde vertelt
Zalig zij, die van mij een beetje blijven houden en mijn dagen verzachten.

Een mooie verwoording van hoe je jaren kan werken met je handen zonder je hart te vergeten.



Dementie

De lockdown in onze maatschappij om ons te beschermen tegen het coronavirus, is opgeheven. Niemand is daar kwaad om, al zie je bij sommige mensen dat de angst er nog in zit. Vooral zij bij wie het risico hoger ligt dan bij de meesten onder ons, kiezen ervoor nog even rustig aan te doen en vooral zoveel mogelijk thuis te blijven, in beperkte kring.

Ook in de wzc's houden we ons hart vast terwijl de deuren steeds verder open gaan. Wat startte met cafetariabezoek, gaat nu over in bezoek op de kamer, maar wel met in achtneming van de nodige veiligheidsmaatregelen. Deze zijn misschien al wat versoepeld als jullie dit lezen... Als referente dementie kom ik vaak in contact met mantelzorgers van personen met dementie die thuis wonen. Ik heb vaak aan hen gedacht in deze hallucinante periode. Ook voor hen veranderde er veel dat ze nooit verwacht hadden en kwamen er daardoor veel extra taken en verantwoordelijkheden op hen af. Enkelen onder hen heb ik wel eens gehoord in die maanden. Hun bevindingen vond ik interessant en zeker ook treffend en zelfs ontroerend. Daarom wil ik jullie dit niet onthouden.

In de eerste fase van de lockdown kwam het er voor de mantelzorgers vooral op neer de zorg voor hun familielid met dementie over te nemen van de professionele zorgdragers die over de vloer kwamen. Dagcentra gingen toe, dus het werd voor vele mensen plots erg druk thuis. Zij gingen de uitdaging aan om alles alleen te doen en haalden voldoening uit het feit dat dit lukte. Dit is iets wat ik vaak heb gehoord.

Naarmate de tijd verstreek, werd er wel een gemis voelbaar. Een gemis van sociale contacten, van hobby's, van kunnen ventileren en uitwisselen met andere mantelzorgers. Dingen die helpen om de dagdagelijkse zorg aan te kunnen, waren immers verdwenen. Het begon te wegen. Mantelzorgers hebben hier ook wel van geleerd. Ze zochten naar andere manieren om te ontspannen. Binnenshuis of in de tuin. En als dat kon, een plekje om zich even terug te trekken. Belangrijk was dat, om het allemaal aan te kunnen. En er was de groeiende appreciatie voor de professionele zorgdragers. Nu werd meer dan ooit duidelijk wat zij allemaal op zich nemen. Dat is heel wat!

Maar het belangrijkste en doorslaggevende om mantelzorgers dag na dag de kracht te geven om voor hun partner/moeder/vader... te zorgen is toch: LIEFDE... Dat te voelen en tussen de regels te mogen lezen in al die verhalen die me bereikten, ja, dat ontroerde me!



Doornhuys

2020 is intussen halverwege en we kijken terug op enkele maanden die in ieders geheugen gegrift zullen staan. Ook voor de bewoners, familie, personeel van Doornhuys is dit niet anders. We zijn noodgedwongen van een levendige Doornhuys naar stille gangen, gemeenschappelijke ruimtes, bistro gegaan. Ergo Aline kon geen activiteiten meer geven en ging in de plaats bij iedereen persoonlijk langs voor een babbeltje, met mondkapje en op afstand. De anders warme ontmoetingen zijn nu letterlijk afstandelijker geworden. De laatste weken mogen we terug wat loslaten. Bezoekers komen langs, maaltijden gaan terug door in de bistro én stilaan beginnen ook wat kleinschalige activiteiten terug door te gaan. Allemaal met de nodige maatregelen, maar we zijn blij om voorzichtig terug wat te mogen toelaten.

Ook ik stak regelmatig de straat over van Dunecluze naar Doornhuys. Onze bewoners zijn veerkrachtig en accepteerden de situatie en maatregelen vlot en met alle begrip. Dat het lastige maanden waren is duidelijk, maar iedereen toonde begrip voor de beslissingen, die allesbehalve makkelijk waren. Ik hoop van harte dat het loslaten van de strenge, maar noodzakelijke maatregelen blijft dezelfde kant uitgaan. Dat is iets waar we samen moeten voor gaan en waar iedereen z'n verantwoordelijkheid in heeft. Het is namelijk een gespreksonderwerp die vaak naar voor komt, niet alle burgers houden zich aan de maatregelen. Het zorgt voor ongerustheid en vaak ook onbegrip bij de bewoners, maar ook bij mezelf. In Doornhuys doen we er alvast alles voor om het goed en veilig te doen verlopen.



Julien vertelt...



Julien, bewoner van Doornhuys schrijft voor ons een artikel. Hij vertelt iets vanuit zijn eigen ervaringen, belevingen of gedachten. In iedere editie kunt u vanaf nu meegenieten.

Hallo medebewoners, we wonen hier in de mooie Westhoek van ons Vlaanderen en genieten van de zoetste zeelucht en de gezonde streek van België. Maar aan de andere zijde van de Franse grens ligt voor vele het minder bekende Frans Vlaanderen en daar willen we het nu over hebben.

Om er nu enkele op te noemen waar we iets over willen vertellen zijn volgende Duinkerke, Cassel, Bergues, Esquelbecq, Gravelines, Saint- Omer later andere. Ik zal het hier hebben over Duinkerke. Sedert een paar jaren heeft de stad een metamorfose ondergaan. De wegen zijn prachtig heraangelegd met overvloed aan bloemen. Ook werden recent 10 000 bomen aangeplant in de stad. Wat er nog bijzonder is om er te gaan bezoeken, het visserij museum van drie verdiepingen met lift. Het museum van de hedendaagse kunst in een prachtig tuin decor, verder aansluitend het Industrieel museum aan de haven waar een pleziertocht door de haven met toeristboot kan gemaakt worden met gids. Ook het monument van Piraat Jean Bart (die Vlaming was). Een verrassend museum van schone kunsten. Duinkerke met ook een charmant wilde diertuintje. En zeker culinaire toppers zoals het oester restaurant aan de haven en allerlei in de stad die in het centrum auto vrij is. Dit zijn allemaal weetjes over een vernieuwde en zeer aantrekkelijke stad op 30 minuutjes rijden vanuit Koksijde.



Jarige bewoners in Doornhuys

| 16/07 | Lieve Van Havere | | |
|-------|------------------|--|--|
| 18/07 | Annie Lucidarme | | |
| 24/08 | Emile Debaste | | |

Kei

In de maand juni valt de week van de medewerker. Het KEI bedankt alle artsen en medewerkers met een attentie voor hun inzet.



Iedereen heeft een e-Cadeau Pass ontvangen a.d.h.v. een Sodexokaart. Daarop staat een bedrag dat naar wens in één van de deelnemende handelszaken kan besteed worden. En omdat het uitzonderlijke tijden zijn geweest, die veel geëist hebben van het doorzettingsvermogen, wordt ook ingezet op het welzijn van de medewerkers. Isabel Dekerf, een medewerkster van Reva 2, zal ons door middel van Mindfulness en meditatie ons eigen krachtplekje leren ontdekken. Deze sessies van een 45-tal minuten vinden plaats eind deze maand.



Vrijwilligers

Vrijwilliger Georges vertelt...



Hoe heb ik, of liever hoe hebben wij de coronatijd overleefd?

In het begin viel dit alsnog mee, maar naargelang de tijd vorderde en er geen veranderingen kwamen, werd het al maar moeilijker. We hebben ons echter al die tijd in ons "kot" gehouden wat toch niet zo evident leek. Enkel eenmaal om de twee weken werd er een kort inkoopbezoek aan de supermarkt gedaan om het nodige aan te schaffen om te leven. Dit werd in de kortst mogelijke tijd afgehaspeld. En voor de rest kwamen we niet buitenhuis. In den beginne waren er wel nog allerlei klusjes die moesten uitgevoerd worden en die al een paar maal werden uitgesteld. Wekelijks kregen we nieuws uit Dunecluze met de stand van zaken daar. Dat deed enorm veel deugd en we keken er

telkens weer naar uit want ik miste jullie allemaal wel erg. Er ging geen dag voorbij of er werd aan jullie allemaal gedacht met steeds dezelfde vraag: hoe zou het daar zijn en worden er niet teveel mensen ziek of besmet?

Gelukkig is alles goed verlopen dank zij de goede zorgen van iedereen = PROFICIAT.

Intussen heb ik ook nog mijn buitenterras aangepakt. Dit was een hele klus: alle betontegels moesten worden weggenomen en de ondergrond zuiver gemaakt. Daarna moest de ganse ondergrond met een speciaal product worden ingesmeerd en daarna alles terug geplaatst. Ik was daar een ganse week mee bezig maar het is goed gelukt.

Voor moeder de vrouw was het in stand houden van haar huishouden zoals gewoonlijk haar voor naamste dagelijkse taak. Alleen een uitstapje links of rechts was niet mogelijk en kwam dus ook niet aan bod.

Zelfs al werden de maatregelen wat teruggeschroefd toch bleven wij rustig thuis want ook wij behoren tot de risicomensen wegens onze leeftijd.

We hebben het tot nu zonder kleerscheuren overleefd en hopen het zo te kunnen houden. Zo hebben wij dan deze gedeeltelijke coronatijd doorgemaakt.

Het mag jullie allemaal goed blijven gaan: blijf gezond en geniet van elke dag met volle teugen.

Georges



Activiteiten

Wandelen

De bewoners van dienst oker hebben tijdens de maand mei-juni vooral veel genoten van het mooie weer. Wanneer de zon scheen gingen we apart wandelen of met een kleine groep buiten in de tuin zitten. Zo konden de bewoners voldoende vitamines opnemen en even genieten van het zalig niets doen. Zo hadden ze ook af en toe het geluk van te kunnen genieten van een ijsje in dit mooie weer. Sinds kort mogen we ook weer een wandeling maken met onze bewoners, dat is dan ook mooi mee genomen. Een wandeling in de buurt of eens kort naar het strand.



Wat hebben we onze vitamine D gemist die onze zon ons aanbiedt. De corona- maatregelen zijn, gelukkig wat versoepeld en daar profiteren we dan ook van! Op een mooie dinsdagmorgen gingen we met enkele bewoners naar buiten. En wat was het genieten! Na weken binnen zitten was het extra genieten van de warme zonnestrallen tijdens onze wandeling. Zo hadden we toch even het gevoel om wat meer vrijheid te hebben tijdens deze vreemde periode.

Rosie

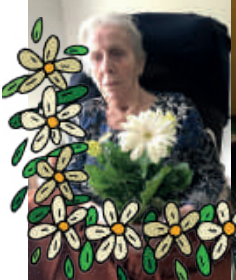


Onze lieve collega Rosie denkt in deze intense periode nog meer aan ons dan anders. Op woensdag 13 mei kwam ze ons ondersteunen met één van haar lekkere gebakjes. Snel afgegeven aan de deur in alle veiligheid natuurlijk. Het was fijn haar nog eens te zien ook al was het niet lang. Bedankt, Rosie!!! We hebben ervan gesmuld...

Moederdag



Op 10 mei was het moederdag. Dit mochten wij niet zomaar laten passeren. Onze vrouwelijke bewoners werden voor deze gelegenheid in de bloemetjes gezet! Er werd voor iedereen een mooie bloem voorzien om op hun kamer te zetten. Een mooi gebaar waar al onze bewoonsters zeer dankbaar voor waren! Ze verdienen het! Kijk en geniet mee van een greep van enkele van onze mooie dankbare moeders in huis:



Vaderdag

Op 14 juni was het dan vadertjesdag. Voor onze mannelijke bewoners werd op maandag 15 juni rondgegaan met 'De Karre' vol met biertjes. Elke mannelijke bewoner mocht een biertje kiezen om deze gezellig met een potje chips op te drinken. Santé en een heel fijne vaderdag!



Moeder- en vaderdag in Doornhuys

Ook in Doornhuys lieten we moeder- en vaderdag niet onopgemerkt voorbij gaan. De moeders kregen een bloemetje en de vaders konden kiezen uit verschillende biersoorten. Santé!





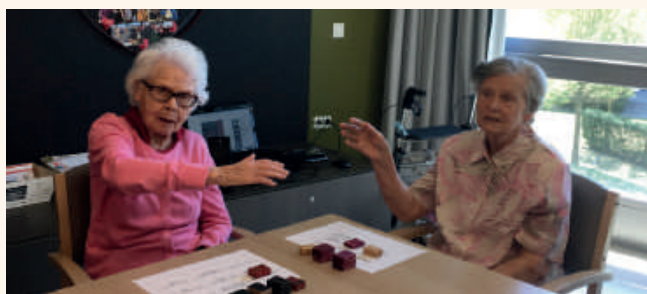
SANTE SANTATER TIS BETER BIER DAN WATER !



Muziek

Op dienst Groen houden ze van muziek. Je moet maar muziek opzetten en ze beginnen mee te zingen, te neuriën of de dansbenen worden gestrekt.

Wisten jullie dat muziek één van de laatste dingen is die verloren gaat in het brein? Dit komt omdat muziek bepaalde herinneringen, verhalen en emoties los kan maken. Het verhoogt eveneens de kwaliteit van het leven, ze genieten en het brengt rust voor de bewoners.



90ste verjaardag Ghislaine



15 mei, een heel speciale dag voor één van onze bewoonsters, Ghislaine. Ze werd 90 jaar! We willen iedereen nog eens heel erg bedanken voor het sturen van de talrijke kaartjes. Ghislaine was er heel erg blij mee!

Petanque



Als het zonnetje schijnt, willen de bewoners van Groen graag naar buiten. Ze genoten van de zonnestralen op hun gezicht en hoe kan je dat beter combineren dan met een potje petanque?!

Er waren enkele bewoners die vertelden, dat ze vroeger wekelijks gingen gaan petanquen en dat kon de ergotherapeut waarnemen. Ze gooiden als échte professionals. Petanque is een activiteit die ouderen bij elkaar brengt. Eveneens bevordert het de concentratie, doelnaauwkeurigheid, hand- oog- coördinatie en tactiek. Win win situatie dus!

Gezellig buiten zitten

Door de corona maatregelen hadden we vaak het gevoel "opgesloten" te zitten... Maar wanneer we het zonnetje zagen verschijnen profiteerden we er van om wat zonnenstralen op te pikken en in onze tuin te zitten. Samen met een verfrissend drankje genoten we met volle teugen! Elke dienst ging op zijn beurt een namiddag genieten...



Afscheid Hilde en Ingrid

Op maandag 29 juni namen we afscheid van Hilde en Ingrid. Ze mogen genieten van hun welverdiende pensioen. Na jaren inzet voor de bewoners van dienst oker, konden wij dit niet zomaar laten passeren. De namiddag stond volledig in teken van hen. Doorheen de weken verzamelden we van de bewoners enkele lieve woorden, wensen en anekdotes. Deze bundelden we in een fotoboek.

Samen met foto's van alle bewoners en personeelsleden en enkele foto's van hun gekke stoten doorheen de jaren. De namiddag begon met een tasje koffie en een lekker stukje taart. Nadien werd een filmpje getoond met enkele foto's van hen en de bewoners. Na dit gebeuren was het tijd voor de cadeautjes. Julien voorzag enkele zelfgemaakte beelden voor hen. Deze kregen ze samen met het fotoboek en ook een mooi boeket zelfgemaakte bloemen werd hen gegeven.

Na dit alles werd er nog een laatste maal geklonken op hun gezondheid. Wat een mooi afscheid! één om niet te vergeten.

Stel het goed op jullie pensioen Hilde en Ingrid!



Afscheidsaperitief Hilde

Afscheidsaperitief Hilde Rommel

De bewoners van dienst Rood die op regelmatige basis naar de crea bij Hilde gingen, wilden haar laatste werkdag niet zomaar laten voorbijgaan. En wat is er dan beter dan een aperitief met een knabbeltje om op een gepaste manier afscheid te nemen en haar warm uit te zwaaien? Dat vonden wij ook! Omdat Hilde niet zomaar de eerste de beste was en iedereen haar erg dankbaar was voor al wat ze deed voor de bewoners, werd er door verschillende personen een woordje van appreciatie uitgesproken en door enkele zelfs een heuse speech voorbereid. De manier waarop zij mensen kon optillen, is duidelijk niet onopgemerkt gebleven. Het werd dan ook een zeer mooi moment waar Hilde vast met veel plezier zal aan terugdenken!



tot ziens en een zoen
geniet van je
PENSIOEN

Bedankingsfeestje Anke

Anke, de ergotherapeute, die Jana heeft vervangen op dienst groen tijdens haar zwangerschapsverlof, trekt naar dienst rood. Als bedanking hielden we samen met de bewoners een koffietafel met lekkere appeltaart en ijs. Samen keuvelden we wat na over de leuke herinneringen samen. Dankjewel Anke voor de leuke tijd samen!



Geheugentherapie



Op maandagochtend geven we geheugentherapie. Nog eens goed onze hersens aan het denken zetten en hoe kan dit ook beter dan met een tasje soep?!

Ijs op dienst groen

Het is geen geheim dat we in Dunecluze genieten van lekker eten. Op een warme dag is het dan ook leuk om samen gezellig een ijsje te verorberen. Zo gezegd, zo gedaan. De foto's spreken voor zich: er werd genoten!



Bingo op dienst rood

Ook nu werd het weer een aangename bingo-namiddag. Met wat minder deelnemers weliswaar, sinds er weer bezoek toegelaten wordt in Dunecluze, maar daarom niet minder gezellig. Terwijl de kaarten en de blokjes worden klaargelegd, de bingoprijzen worden uitgesteld, komen de bewoners één voor één binnen gedruppeld. De spanning stijgt naarmate de nummers worden afgeroepen en de sfeer zit er goed in. Wie er ook wint, iedereen gunt het iedereen....



Gymnastiek

Bewegen saai?! In geen geval op dienst groen. We hebben hier heel actieve bewoners, die graag bewegen. Hierdoor wordt er wekelijks een beweegmoment ingelast.



Wandeling naar Cabin Art



Ieder jaar haalde Hilde haar artistieke talenten naar boven om een waar kunstwerk te maken voor Cabin Art. Andere jaren werd er een opening gehouden met een aperitief. Door de corona omstandigheden ging dit dit jaar niet door... Maar we trokken met enkele bewoners van dienst oker naar de kabinetjes om toch, opnieuw een heel erg mooi, kunstwerk te bewonderen.

Fruitsalade

We voelen de zomer al dichtbij komen. Begin juni hadden we dan ook een eerste (kleine) hittegolf. De temperaturen gingen tot aan 32 graden. We maakten op dienst groen een grote kom verse fruitsalade en lekkere milkshake om ons wat te verfrissen.



Bingo

Naast het naar buiten gaan werd ook wekelijks een spelletje bingo gespeeld en wat geniet iedereen hier zo van! Achteraf werd een drankje genuttigd en zaten onze bewoners even gezellig samen.



Gymnastiek



Ook beweging blijft belangrijk op dienst oker. Buiten de sessie met de kiné wordt ook op dienst groepsgymnastiek voorzien.



Accordeon

Bewoners van dienst oker hebben ook steeds het geluk een muzikale hoofdverpleegkundige te hebben. Af en toe krijgen onze bewoners een privé accordeon concert met verzoeknummertjes. Wat een ambiance op dienst! De bewoners genieten met volle teugen van dit gebeuren. Voor hen mag dit elke dag doorgaan! Bedankt Karine!



Bezoek



Het vervelendste aan heel het coronagebeuren was toch wel het feit dat onze bewoners geen bezoek meer mochten ontvangen. We werden afgesloten van de buitenwereld om besmetting tegen te gaan. Dit was voor de veiligheid voor onze bewoners, maar we merkten al heel snel dat het gemis van familie en vrienden groot werd. Toen de veiligheidsraad de beslissing nam om de maatregelen te versoepelen waren we dan ook heel erg blij dat er opnieuw, wel nog met

de nodige maatregelen, bezoek mocht langskomen. Wat deed dit deugd! De raambezoeken werden cafetariabezoeken met een scherm ervoor en even erna mocht er bezoek, met mondkapje, al eens langskomen op kamer.

Op 15 juni ontving Dunecluze zijn eerste bezoekers na een lange periode zonder familie. Het was een spannende dag zonder een idee hoe dit zou verlopen. De nodige maatregelen werden genomen en zo begonnen we aan de namiddag. Maar wat deed het een deugd voor onze bewoners en familie om elkaar terug te zien! Ook al was elkaar eens vastpakken en een knuffel geven niet mogelijk, het was een zeer fijn terug zien! Op naar de volgende stap!



*We zwaaien naar elkaar vanachter het raam
we praten honderduit met een straat ertussen
vanuit de verte
overlaad ik je met innige handkussen
ik hoor je stem
die zegt dat je me missen zou
maar ik hou met afstand
het meest van jou*

Activiteitenkalender

Volgende activiteiten staan op de planning voor de maanden juli en augustus. Naast deze activiteiten zijn er natuurlijk ook kleinere activiteiten die doorgaan op de verschillende diensten. Hier vermelden we enkel de grotere activiteiten. Door de coronamaatregelen is alles nog wat onzeker, dus deze activiteitenkalender kan onvolledig zijn, we wachten zelf nog wat af om bepaalde activiteiten opnieuw te kunnen inplannen...

Onze activiteiten in juli en augustus

| juli | | augustus | |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| maandag dinsdag donderdag | Wandelen met dienst rood Wandelen dienst groen Wandelen dienst oker | maandag dinsdag donderdag | Wandelen met dienst rood Wandelen met dienst groen Wandelen met dienst oker |
| ma | Aquarel dienst oker | ma | Aquarel dienst oker |
| di | Klei dienst oker | di | Klei dienst oker |
| di | Crea dienst rood | di | Crea dienst rood |
| di | Multimedia dienst groen | di | Multimedia dienst groen |
| do | koken/bakken dienst groen | do | koken/bakken dienst groen |
| 20/07 | Garnaalfeest | 11/08 | Avondwandeling dienst rood |
| 11/07 en 22/07 | Avondwandeling dienst rood | | |

Personeel

Nieuwe personeelsleden

Ik ben Durivault Marieke, 32 jaar en maakte een tweektal jaar geleden de beslissing om terug te keren naar eigen streek, na enkele jaren in Reninge te hebben gewoond met mijn gezin. Ik ben gehuwd en heb twee bloemen van dochters, Madelon en Maribel. Ons gezin wordt verder nog vervolledigd door ons trouwe viervoeter Baloe, een kleine pluizige dwergkees.

Op 18 mei ging mijn nieuwe avontuur hier in Dunecluze van start als maatschappelijk werkster op de sociale dienst en voortaan zal je mij ook regelmatig terugzien aan het onthaal. Voorheen heb ik 7 jaar gewerkt als maatschappelijk werkster binnen het mobiel team langdurige psychiatrische thuiszorg in de regio Ieper en 2 jaar op de sociale dienst van het Psychiatrisch Ziekenhuis Heilig Hart.

Zoals je misschien wel kan afleiden heb ik een 'hart voor de zorg' en hoop ik deze op mijn nieuwe bestemming verder te mogen ontplooien. Naast het genieten en entertainen van onze dochters breng ik graag tijd door met familie en vrienden. Verder verdiep ik mij graag eens in het leven van iemand anders en kruip ik in de huid van een onbekend personage. Ik ben dan ook lid en speler bij verschillende lokale toneelverenigingen. En alsof de agenda nog niet druk genoeg is ben ik ook bestuurslid van 'Wulpen Events', beter gekend als de Wulpse feesten met de spiegeltent op het dorpsplein te Wulpen. Ik kijk ernaar uit om iedereen te leren kennen en aan 'het wel en wee' van Dunecluze mijn steentje te mogen bijdragen.

Tot binnenkort.

Op pensioen

Hilde en Ingrid, ergotherapeuten van dienst oker. We zullen ze hard missen! Geniet van jullie welverdiend pensioen!



Verjaardagen

Onze jarige bewoners van de komende maanden

| juli | | augustus | |
|-------|------------------------|----------|---------------------------|
| 01/07 | Fredy Charlot | 01/08 | Renée Van Brabant |
| 01/07 | Rosa Nuttens | 05/08 | Simonne Devey |
| 07/07 | Cecile Blanckaert | 13/08 | Godelieve Van Rysselberge |
| 12/07 | Margaretha Deman | | |
| 13/07 | Albert Bolle | | |
| 16/07 | Odetta Marie De Coster | | |
| 18/07 | Irène De Ridder | | |
| 19/07 | Christianne Dehaes | | |
| 20/07 | Agnes De Roo | | |
| 25/07 | Walter Dehaene | | |
| 30/07 | Maria Depuydt | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |



Onze jarige personeelsleden

| juli | | augustus | |
|-------|----------------------|----------|-----------------------|
| 01/07 | Sandra Zöldi | 05/08 | Fien Huyghe |
| 06/07 | Nicole Simoens | 08/08 | Leen Meertens |
| 16/07 | Els Janssoone | 08/08 | Nancy Vercamer |
| 16/07 | Laurie Breux | 11/08 | Rhonda Deswaef |
| 18/07 | Caroline Deceuninck | 17/08 | Mieke Comperol |
| 23/07 | Jessica Vandenbulcke | 21/08 | Regine Florizoone |
| 26/07 | Gabrielle Dos Santos | 22/08 | Isabelle Bartholomeus |
| 27/07 | Marianne Deckers | 23/08 | Evelyn Marteel |
| 27/07 | Mady Leeman | 30/08 | Tania Bockstael |
| 30/07 | Nathaly Ryssen | 30/08 | Marieke Durivault |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Wistjedatjes

Week van de beweging

Van 4 tot en met 8 mei werd er in Dunecluze week van de beweging georganiseerd voor het personeel.

Het personeel getraakteerd op een gezonde smoothie gemaakt door het team van ergotherapeuten en diëtiste.

Wie het eens thuis wilt proberen, kan hieronder het recept vinden:

Ingrediënten voor de groene smoothie:

- 150g rijpe ananas
- 1 appel
- Scheutje magere melk (naar smaak, 50 à 100ml, afhankelijk van de vloeibaarheid)
- 1 limoen
- Verse munt
- 4 handjes jonge spinazie

Bereidingswijze

1. Schil de ananas, verwijder de kern en snijd in blokjes.
2. Snijd de appel in blokjes.
3. Pers er 1 limoen bij.
4. Verwijder de harde steeltjes van de spinazie en voeg ze bij het fruit.
5. Voeg er een scheutje melk aan toe.
6. Blend of mix alles samen.



Ingrediënten voor de roze smoothie:

- ½ banaan
- 50g rode biet
- 75g rode vruchten (mag diepvries zijn)
- 125g ongezoete kokosdrink (bv. Alpro coconut No Sugars)
- 100ml magere melk

Bereidingswijze

1. Snijd de banaan in schijfjes.
2. Snijd de rode biet in blokjes.
3. Voeg samen met de rode vruchten, kokosdrink en melk.
4. Blend of mix tot een smeug geheel.

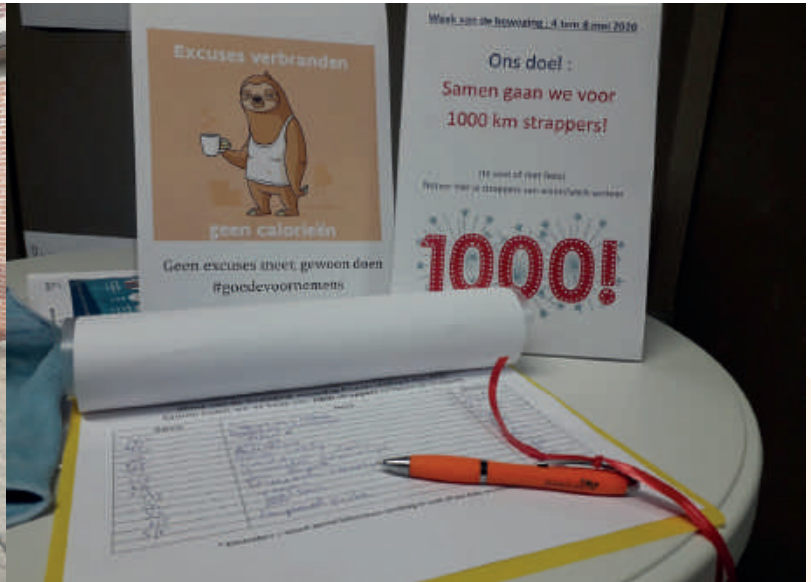
Perfecte afkoeling voor tijdens de warme zomerdagen.

En wist je dat de combinatie van groenten en fruit de smoothie extra gezond maakt? Hierdoor is het suikergehalte veel minder dan een gewone fruitsmoothie.

Santé!



Tijdens deze week wilden we ALLE medewerkers zoveel als mogelijk in beweging zetten! Dat fietsen en wandelen gezond is, dat weet iedereen. Een gezonde levensstijl waarin beweging en gezonde voeding centraal staan, zorgt ook voor een goeie mentale gezondheid en in deze rare Corona tijden is het heel belangrijk om die mentale gezondheid aan te sterken! Daarom bedachten we toen het volgende initiatief: Laten we met alle medewerkers van Dunecluze, Doornhuys en thuisverpleging trachten met de fiets of te voet naar het werk te komen en zo allemaal samen een totaal 1000 kilometers te halen in 5 dagen! Zo gezegd zo gedaan...op maandag 4 mei kropen we met heel wat medewerkers op ons stalen ros op weg naar het werk en op vrijdagavond 8 mei eindigden we met een totaal van 1300 km (woon-werkverkeer)! Bedankt aan alle medewerkers om tijdens die week massaal te bewegen naar het werk! We hopen dat velen onder jullie de bewegingsmicrobe te pakken hebben gekregen en via dit initiatief blijven bewegen!



Diezelfde dag organiseerden we ook een Pilates les voor beginners! Deze les werd gegeven door onze enthousiaste kinesiste Charline (met de nodige sociale afstand uiteraard). Wat is Pilates? Pilates is een trainingmethode waarbij houding, stabiliteit, coördinatie, ademhaling en focus op lichaam en geest het uitgangspunt is. Het was een groot succes en we hebben heel wat bijgeleerd! De kinesisten plannen ook dit najaar een vorming ERGONOMIE. Tijdens deze vorming zullen kinesiste Brigitte en Charline tonen hoe men op de meeste ergonomische manier de dagdagelijkse handelingen kan uitvoeren!

Als kers op de taart vierden we in die week, op dinsdag 5 mei ook nog DAG VAN DE MEDEWERKER! Elke medewerker ontving een handcrème om de handen zijdezacht te houden!



Bewoners

Nieuwe bewoners

In de maanden mei en juni mochten we de volgende bewoners verwelkomen:

| | |
|-------------------------|----------------------------------|
| Fernand George (K. 112) | Godelieve Vermeersch (K. 131) |
| Greta Rooms (K. 117) | Francois André Waeyaert (K. 221) |
| | |
| | |
| | |
| | |



De bewoners van de kortverblijf kamers vermelden we hier niet, gezien het verloop van die bewoners heel groot is. Desalniettemin heten wij ze ook van harte welkom in ons huis!

Overleden bewoners

In de maanden mei en juni moesten we afscheid nemen van volgende bewoners:

| | |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| Geeraarda De Buysere (20/06/1924 - 18/06/2020) | Zita Tommeleyn (10/05/1945 - 15/05/2020) |
| Marie Thérèse Debergh (03/10/1932 - 15/06/2020) | |
| | |
| | |



Koksijde leeft

Het coronatijdperk heeft ons leven dermate beïnvloed dat we nu zelf in het pak van de viroloog kruipen.



We houden ons reeds enkele maanden aan vijf regels die ons helpen in de strijd tegen Covid 19:

- * Anderhalve meter afstand houden
- * Vaak handen wassen of ontsmetten
- * Op openbare plaatsen een mondmasker dragen
- * Samenkomsten vermijden
- * Bij ziekte thuis blijven

Dankzij al deze maatregelen zijn we er samen in geslaagd het aantal besmettingen tot een minimum te beperken.

Nu kunnen de maatregelen worden versoepeld en mogen we terug bezoek ontvangen en Dunecluze verlaten voor een gezonde wandeling.

Het lokaal bestuur Koksijde nam maatregelen die bijdragen aan de strijd tegen het Covid 19. Er werden 800 plexischermen gemaakt door de technische dienst voor de horeca-uitbaters.

De Westhoekacademie nam het initiatief om 1070 mondmaskers te maken. Deze werden geschonken aan de Politie Westkust, de Mindermobielen centrale, het Sociaal huis, de gemeentelijke basisscholen, bewoners van de seniorenresidentie La Vigie en de sporclubs.



Waar nodig werd handgel bezorgd, pijlen of stickers die de wandelrichting of afstand houden bij de handelszaken suggereren. Op sportief vlak zit het in Koksijde meer dan goed. Op het sportpark Hazebeek te Oostduinkerke is men gestart met de aanleg van een hockeyterrein en clubhuis. Er komt een professionele kunstgrasmat en die zal wellicht binnenkort bespeelbaar zijn voor de hockeyclub Koksijde.



Koksijde heeft zich in de kopgroep gefietst van de wedstrijd voor de beste fietsgemeente. Het is aangenaam fietsen in Koksijde dat verdient om fietsgemeente te worden. Nu gaat Koksijde de laatste fase in bij de verkiezing van fietsgemeente. Er volgt nog een audit door de Vlaamse Stichting voor Verkeerskunde. Op 6 oktober wordt de winnaar bekendgemaakt tijdens het Fietscongres.

Koksijde belde 1110 zeventig-plussers op die alleenstaand zijn en bevroeg hun naar hun welbevinden tijdens de lockdown. Daarna werden nog 2212 80-plussers opgebeld.

Mag ik jullie ook goed nieuws meegeven over de aanwinst van een onroerend erfgoed op de begraafplaats Oostduinkerke. Het grafteken van marineschilder Louis Artan is één van de vijf graftekens die hij ontwierp. Er zijn er nog drie bewaard gebleven : Koksijde, Gent en Ronse. Een nieuw pareltje aan de kroon van Koksijde.



Ik wens jullie allemaal een mooie en aangename zomer.

Paul Casselman

Wie is het

Weet jij het? Vul dan zo snel mogelijk dit antwoordstrookje in en win een drankenkaart van de cafetaria!

Veel succes!



Vorige winnaar Ut de Cluze 42

Proficiat Marc Chantrenne!



Colofon

HOOFDREDACTEUR

J. Nagels

REDACTIE

Medewerkers

R. Vlaemynck

J. Danneels

L. Doise

D. Vermeulen

C. Verplancke

E. Janssoone

A. De Nil

J. Vandenbulcke

Vrijwilligers

Johan Debeuckelaere

Antwoordstrookje “Wie is het?”

Naam bewoner:

.....

Kamernummer:

.....

De persoon die we zoeken is:

.....

Bezorg deze strook aan het onthaal

'UT DE CLUZE' is mede mogelijk gemaakt door:



Uw logo hier?
Neem gerust contact met ons op

Verantwoordelijke uitgever : Jan Nagels