

Actueel

Maandblad van cdv GASThuis



Sint-Lucia
WOONZORGCENTRUM

*jaargang
9*

*juni
2024*



Gedicht van de maand

Mijn verlangen lokt me steeds naar de kust
In de luwte van een duin vind ik rust

Daar mijmer ik hoe het was toen ik als kind
Zandkastelen bouwde op hetzelfde strand

De tijd maakt lijnen in mijn gelaat
De liefde voor de zee ben ik nooit kwijtgeraakt



Nieuwe gebruikers

WELKOM!

Er zijn geen nieuwe gebruikers deze maand.

Verjaardagen



Frans
3 juni



Annie
16 juni



Jeannine
19 juni

Jean
21 juni





In de kijker

Menu in de kijker
19 juni 2024

Paprikasoep met smeerkaas

Jagersgebraad met pepersaus, groentenkrans en gebakken aardappelen

Platte kaas dessert

Smakelijk eten!

UITNODIGING

ALZHEIMER
liga vlaanderen

Familiegroep Dementie
Regio Turnhout



gespreksthema

'Wat iedereen zou moeten weten over dementie'

Luc neemt je mee in een wereld van dementie, als arts die vele jaren onderzoek deed naar dementie, maar ook als zoon van een vader die aan Alzheimer overleed. Hij zal het hebben over de verschillende soorten dementie, de symptomen, de diagnose, de evolutie, risicofactoren, behandelingen,... maar wil vooral duidelijk maken hoe we met dementie om kunnen gaan.

20 juni 2024 14u30 – 16u30
WZC Sint-Lucia, Clarissendreef 1, Turnhout

Schrijf je in via de QR-code naar ons online inschrijvingsformulier
Of mail turnhout@alzheimerligavlaanderen.be
Of via sms/telefoon 0474 / 31 83 44.

Deelnemen is gratis!
Wens je meer informatie? Aarzel niet om te telefoneren.



Alzheimer Liga Vlaanderen vzw • Rubensstraat 104/4 • 2300 Turnhout • T 014 43 50 60
M secretariat@alzheimerliga.be • IBAN BE87 2101 0355 8094 • BIC BRUUEB33 • BTW 0456.804.573
RPR Antwerpen, s.l.s. Turnhout • www.alzheimerliga.be • www.jongdementie.info • www.ongsmetdementie.be

Luister- & Infolijn
0800 15 225

 **Sint-Lucia**
WZC SINT-LUCIA

Praatcafé dementie
Informatieavond voor mantelzorgers van personen met dementie

Dinsdag 11 juni 2024

Nadenken over jouw wensen en voorkeuren voor toekomstige zorg
"vroegtijdige zorgplanning"

Gastspreker: Jolijn Deceulaer van PNAT
WZC Sint-Lucia, Clarissendreef 1, 2300 Turnhout
De Hessie (cafetaria) aanvang 19u30 - 21u00

Meer info? Pascale Guns, WZC Sint-Lucia
014/41 27 48- pascale.guns@sint-lucia.be

in samenwerking met:  **Sint-Elisabeth** 

Activiteitenkalender juni

Ma 3 10u30: ijsjes maken
14u30: kleuren

Di 4 10u30: noem er 10
14u30: verjaardagsfeestje
Frans

Woe 5 10u30: bewegen op muziek
14u30: liedjes zingen

Do 6 10u30: vinger verven
14u30: openhartig spel

Vrij 7 10u30: kindjes op bezoek
14u30: schijvenspel

Ma 10 10u30: bloemen maken
14u30: parcours wandelen

Di 11 10u30: keuze activiteit
14u30: kletspot

Wo 12 10u30: gezelschapsspelletjes
14u30: voorwerpen
identificeren en vertellen

Do 13 10u30: kruiswoordraadsels
14u30: muziek bingo

Vrij 14 10u30: ik ga op reis en ik
neem mee
14u30: gezellige namiddag op
het terrasje

Ma 17 10u30: bingo
14u30: raad de zanger

Di 18 10u30: werp spelletjes
14u30: drummen op muziek

Woe 19 10u30: spel met schrijven
14u30: wie weet...
spreekwoorden, citaten

Do 20 10u30: bewegen met materialen
14u30: verjaardagsfeestje Annie
Stappers en Jeannine

Vrij 21 10u30: domino
14u30: verjaardagsfeestje Jean

Ma 24 10u30: galgje
14u30: film namiddag

Di 25 10u30: binnen de minuut
14u30: gezellige namiddag op
het terras

Woe 26 10u30: keuze activiteit
14u30: pannenkoeken bakken

Do 27 10u30: quiz vragen
14u30: op stap met de roze bril

Vrij 28 10u30: zitdansen
14u30: Argentijnse tango in de
cafetaria

Activiteiten kunnen steeds gewijzigd worden!



Kort verhaal

Onze kwalen vroeger en nu

Een eerste gedachte die bij mij opkomt als ik het heb over onze hedendaagse gezondheidskwalen is dat we allen te veel eten, te weinig bewegen en te veel vrije tijd hebben om te piekeren. De wetenschap zegt nochtans dat alles wat we eten met mate moet gebeuren. Maar ja... het is toch allemaal zo lekker en ons karakter is vaak zo zwak, dat wij ons wijs maken dat het allemaal niet zo erg is. Meestal is het echter zo, en velen denken dit met mij, dat we allemaal heel rijkelijk eten en juist daardoor een massa klachten krijgen.

Ik verklaar mij nader. De mensen vroeger hadden ook wel eens een pijntje hier en een pijntje daar, maar waren door het harde leven van toen, beter bestand tegen al die mankementen. Zo konden ze daarom hun pijnen beter relativeren. Ze verdroegen de pijn en spraken er verder niet meer over. Toen wachtten ze gewoon af, wetende dat de natuur meestal aan de kant van het herstel stond zodat de pijn na een paar dagen als vanzelf verdween. Wanneer de pijn uiteindelijk toch chronisch werd schakelde men de ene of andere heilige in en beloofde men hem een noveen of een bedevaart naar zijn heiligdom. De verwachtingen van hierboven van God en zijn heiligen waren in die tijd immens groot.

Bij ons thuis hebben ze ook altijd sterk geloofd in de voorspraak van heiligen en in het bestaan van mirakelen. Zo had ik ooit als kind onder mijn rechterduim een wrat. In onze familie geloofde men toen steevast in de volgende remedie om van die wrat verlost te worden. Men moest bij de begrafenis van een dorpsgenoot de wrat mee begraven. Wanneer de dodenmis gedaan was en de kist de kerk werd buitendragen moest men bij het horen van de doods klok zijn duim in de grond steken en drie Onze Vaders en drie Weesgegroeten bidden. De verwachting was toen dat de wrat binnen de kortste tijd door Gods hulp zou verdwijnen. En raar maar waar, het toeval wou dat ik in de namiddag van mijn wrat verlost was!

Nu gaat men vlugger naar een dokter die voor elke kwaal een naam heeft en er de nodige medicatie voor voorschrijft. Met hun burens en familie klaagden ze toen minder over hun klachten. In 90 procent van de gevallen verdween de pijn dan ook zoals ze gekomen was. Maar tegenwoordig, als mensen boven de 60 jaar mekaar ontmoeten, gaat een groot gedeelte van de tijd naar het opsommen en vergelijken van hun mankementen. Ze overbluffen elkaar waarbij iedereen zijn eigen kwalen als de meest erge omschrijven.



Kort verhaal

Klachten van iemand beginnen dan vaak zo: “Heb jij dat ook als je lang gezeten hebt en dan rechtstaat dat je ledematen stijf aanvoelen, of dat je zure oprispingen krijgt na een warme maaltijd? En erger nog, dat je ademnood hebt bij de minste inspanning? Een vijftigjarige vrouw beweerde met overtuiging dat haar oren floten en dat het fluiten soms een halve dag kon aanhouden. Een andere, die qua klachten niet wou onderdoen, vertelde dan weer ooit, dat ze na zich te bukken, onmiddellijk moest gaan zitten, omdat ze anders draaide als een tol. Velen zijn zelfs geneigd, en dit om aandacht te vragen of medelijden op te wekken, om hun gebreken te maximaliseren. Men gaat in een gesprek elkaars klachten vergelijken en vaak overdrijven. Onlangs hoorde ik van iemand de klacht, als ik met mijn rechterhand onder mijn linker rib duw, dan trekt de pijn tot in mijn rug. Iemand anders vertelde dat wanneer hij van de grond een gevallen voorwerp opraapte, hij verplicht was om eventjes te gaan zitten om niet draaierig te worden. Een mevrouw uit Nederland hoorde ik op de groentemarkt tegen een verkoper zeggen: “Nou man, ik ben net op, en nou al moe.” Dat bestond vroeger niet. Nu beluisteren de mensen hun lichaam meer dan vroeger en geven verder commentaar op elk negatief gevoel. Daar had mijn grootmoeder toen de tijd niet voor! Nu kennen de mensen ook meer woorden en medische begrippen dan vroeger. Woorden als calorieën, hyperventilatie, depressie of een of andere Latijnse naam voor een of andere stoornis, waren zeker nog niet algemeen gekend en misschien hadden ze er daarom ook minder last van.

2024 Paul Aubroeck Vrijwilliger

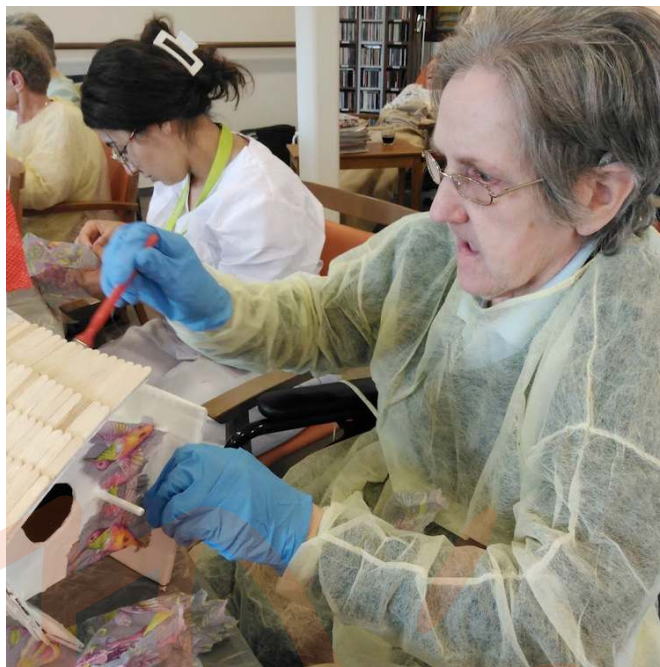


Terugblik





Terugblik



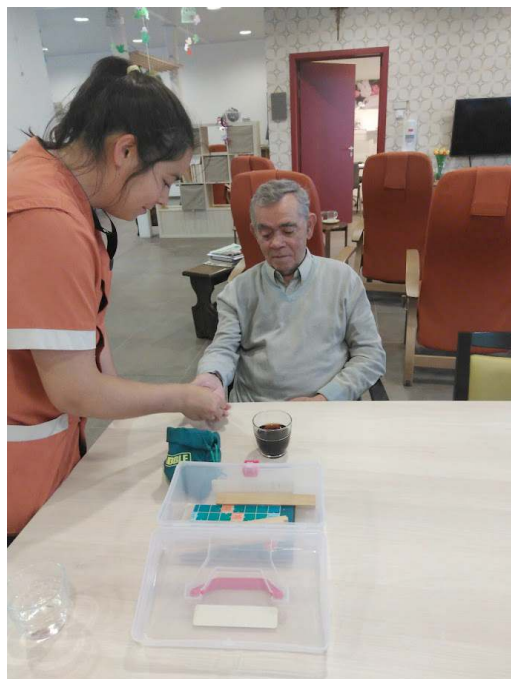


Terugblik



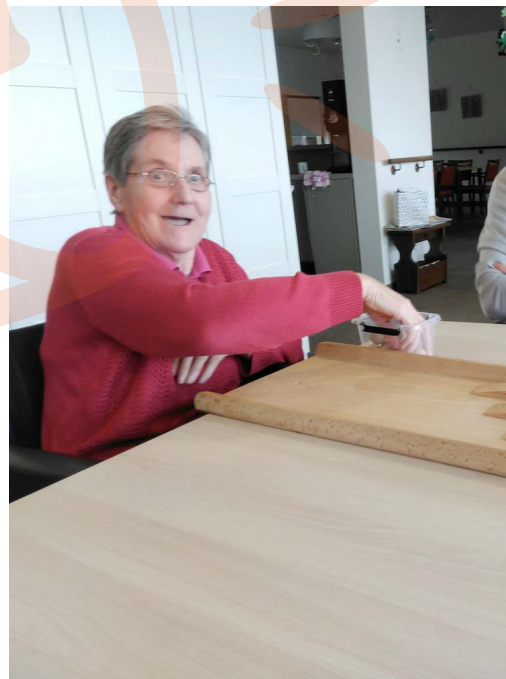
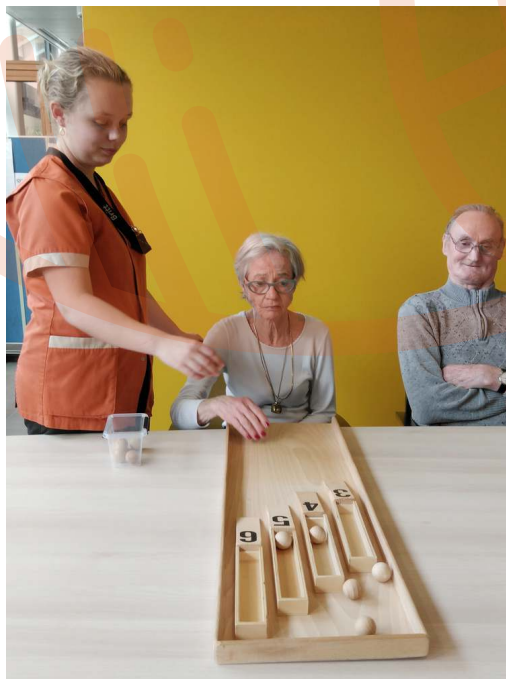


Terugblik





Terugblik





Terugblik





Spelpagina

Zoek de 10 verschillen

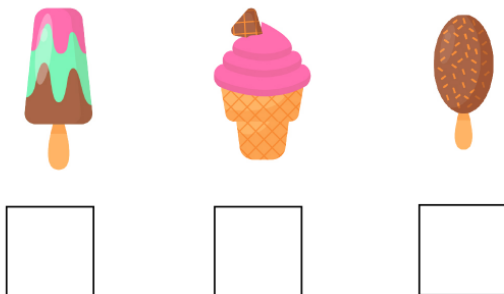
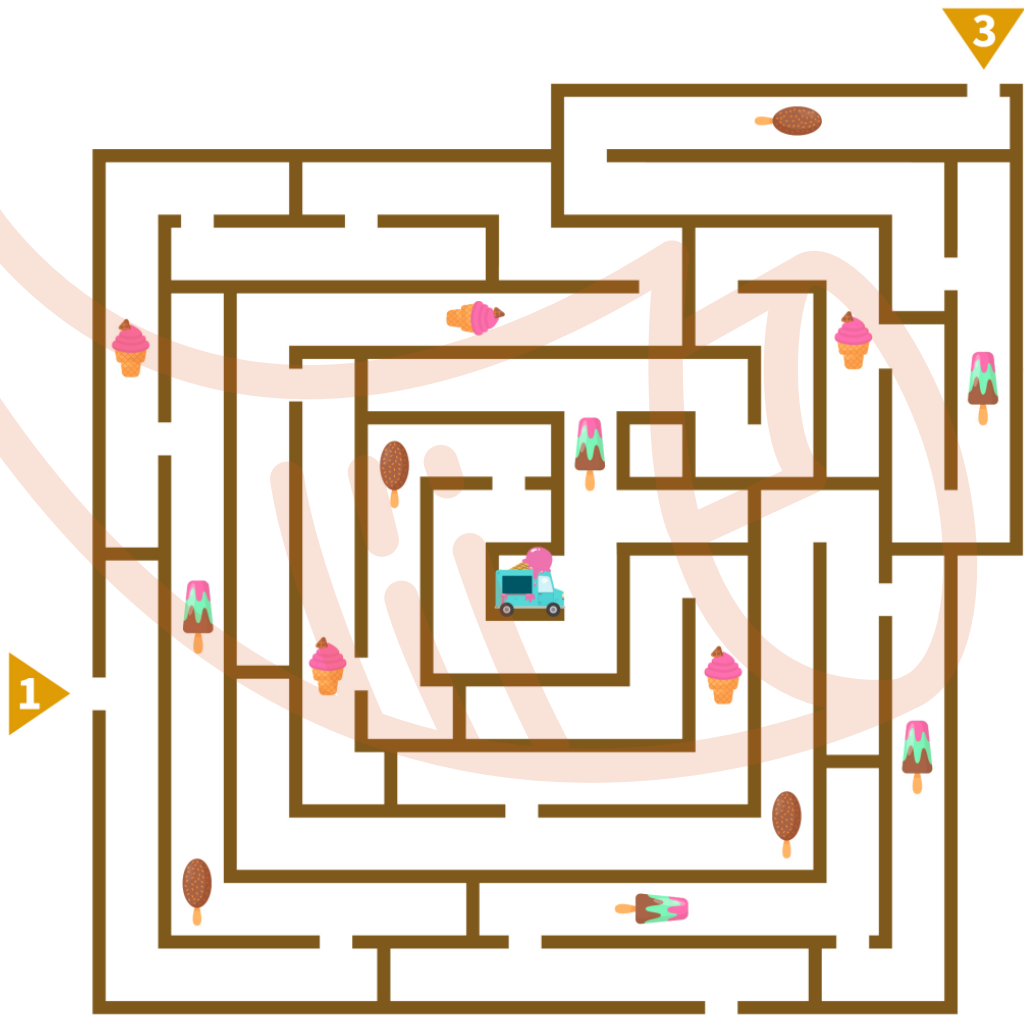




Spelpagina

Labyrint

Er zijn drie routes in het doolhof. Slechts twee routes gaan naar de ijskar.
Hoeveel ijsjes kan je meenemen via de twee routes die leiden naar de ijskar?





Sint-Lucia
WOONZORGCENTRUM



Wzc Sint-Lucia
Clarissendreef 1
2300 Turnhout



014 / 41 27 48



post@sint-lucia.be