Huiskrant

MAART 2026

37STE JAARGANG

MAANDELIJKS TIJDSCHRIFT

SINT BERNARDUS BERTEM
AFGIFTEKANTOOR 3060
BERTEM - P2A9706

VU LIEVE SCHUERMAN
EGENHOVENSTRAAT 22
3060 BERTEM

Inhoud

03 VOORWOORD

04 WOORDJE TER INSPIRATIE

06 KALENDER

09 WIST JE DAT...

10 IN DE KIJKER

11 UIT EN THUIS

25 WIST JE DAT...

26 RECEPT VAN DE MAAND

27 OVERLEDEN BEWONERS

28 NIEUWE BEWONER EN JARIGE VRIJWILLIGERS

29 JARIGE BEWONERS EN JARIGE FLATBEWONERS

30 JARIGE MEDEWERKERS

31 PRIKBORD

34 PRIJSVRAAG

35 KEN JE DIT NOG?

De "St.-Bernardus Huiskrant" is een uitgave van Woonzorgcentrum St.-Bernardus Bertem vzw.

Verantwoordelijke uitgever : Lieve Schuerman, Egenhovenstraat 22, te 3060 Bertem.

De St.-Bernardus Huiskrant richt zich tot bewoners en hun familieleden en vrienden, personeelsleden en vrijwilligers van het "Woonzorgcentrum St.-Bernardus Bertem". De prijs van een jaarabonnement bedraagt 24 euro (59 euro inclusief verzending). Een steunabonnement kan vanaf 30 euro. Abonnementen starten aan het begin van een nieuw jaar na storting op rekeningnummer BE96 734-3070725-05 van de V.Z.W. Woon- en zorgcentrum St.-Bernardus Bertem met vermelding: "Abonnement St.-Bernardus Huiskrant".

Alle bewoners ontvangen een gratis abonnement.

Eindredactie : An Jorge

Inzendingen bij de redactie verwacht tegen de 15e van de maand vóór verschijnen.

Voorwoord

Beste bewoners, familieleden, medewerkers en vrijwilligers

Maart laat ons stilaan dromen van de lente die eraan komt. In februari hebben we al een aantal mooie zonnige dagen gekend en zelfs een warmterecord! Op 25 februari werd het maar liefst 19,8° in Ukkel. Aan de foto's die ik van jullie gekregen heb te zien hebben jullie er enorm van genoten.

In maart schakelen we ook weer over van winter- naar zomeruur. Op 29 maart gaat de klok 's nachts om 2 uur een uur vooruit.

We kijken met veel plezier uit naar een mooi voorjaar en een zonnige zomer.

Veel leesplezier,

An

WOORDJE TER INSPIRATIE

Een man en zijn zoon lopen in het bos.
Plotseling struikelt de jongen en omdat hij een scherpe pijn voelt, roept hij: “ahhhhh!”. Verrast hoort hij een stem vanuit de bergen die “ahhhhh!” roept.

Vol nieuwsgierigheid roept de jongen: “Wie ben jij?” Maar het enige antwoord dat hij terugkrijgt is: “Wie ben jij?”
Hij wordt kwaad en roept: “Je bent een lafaard!” Waarop de stem antwoordt: “Je bent een lafaard!”
Daarop kijkt de jongen naar zijn vader en vraagt: “Papa, wat gebeurt hier?”
De man antwoordt: “Zoon, let op!” en hij roept vervolgens: “Ik bewonder jou!” De stem antwoordt: “Ik bewonder jou!” De vader roept vervolgens: “Jij bent prachtig!” en de stem antwoordt: “Jij bent prachtig!”
De jongen is verbaasd, maar begrijpt nog steeds niet wat er aan de hand is.
Daarop legt de vader uit:
“De mensen noemen dit ECHO, maar in feite is dit het LEVEN! Het leven geeft altijd terug wat jij er in brengt. Het leven is een spiegel van jouw handelingen. Als je meer liefde wil, geef dan meer liefde! Wil je meer vriendelijkheid, geef dan meer vriendelijkheid! Als je begrip en respect wenst, geef dan begrip en respect. Wil je dat mensen geduldig en respectvol met je omgaan, geef hen dan geduld en respect! Deze natuurwet gaat op voor elk aspect van ons leven.”

Misschien kan dit verhaal een uitnodiging zijn om elke dag opnieuw te kiezen voor positiviteit.
In een wereld die soms verdeeld of negatief kan voelen, fungeert vriendelijkheid als een tegengif. Het doorbreekt een negatieve spiraal, verhoogt het onderlinge vertrouwen en versterkt de mentale gezondheid. Oprechte vriendelijkheid zorgt niet alleen voor blijdschap bij anderen, het maakt de gever zelf ook gelukkiger
We hadden het de voorbije maand over 30 dagen zonder klagen , een goede voorbereidende oefening. Deze maand zetten we de gedachte verder door en proberen we de positieve spiraal gaande te houden.

Hoe de Positieve Spiraal Werkt

1. Actie: Je verricht een (kleine) daad van vriendelijkheid
2. Reactie: De ontvanger voelt zich gewaardeerd en gelukkiger.
3. Inspiratie: De ontvanger (of een toeschouwer) is sneller geneigd zelf ook iets aardigs te doen.
4. Versterking: De initiële gever ervaart een een geluksgevoel, wat motiveert om vaker vriendelijk te zijn.
5. Spiraal: Deze acties creëren een bubbel van positiviteit die zich uitbreidt binnen een groep of gemeenschap.

KALENDER

Datum	Uur	Activiteit	Locatie
2 maart	14u-16u	LDC: Petanque en gezelschapsspel	Plaza
	14u - 16u	Contactkoor	Brasserie
3 maart	10u-10u45	Zitturnen	Brasserie
	14u-17u	LDC: Handwerken	Plaza
	14u20-15u30	Wandelclub	Plaza
4 maart	13u30 - 16u30	Superette Bernadette	Kapel Brasserie
	14u15 - 15u15	Rondleiding nieuwe bewoners	Brasserie
5 maart	10u-11u	LDC: Seniorengym	Plaza
	14u-17u	LDC: Gezelschapsspelen	Plaza
6 maart	10u-11u	Fit en Actief	Brasserie
	14u-17u	LDC: Bingo	Plaza
	13u30-16u	Crea-atelier	Crea-lokaal
	11u00 - 16u00	Kledijverkoop: Carmen's collection	Plaza
9 maart	14u-16u	LDC: Petanque en gezelschapsspel	Plaza
	14u - 15u	Zin in dialoog	Cafetaria zusters
	14u30 - 16u00	Concert: Le(u)vende klanken	Brasserie
10 februari	14u-17u	LDC: Handwerken	Plaza
	10u-10u45	Zitturnen	Brasserie
	14u20-15u30	Wandelclub	Plaza
11 maart	10U - 12U	LDC: Bloemschikken	Plaza

KALENDER

Datum	Uur	Activiteit	Locatie
	10u -11u	Zingen met Bernardus	Brasserie
	13u30 - 16u30	Superette Bernadette	Kapel Brasserie
	14u-16u	LDC: Lijndansen met OKRA	Plaza
	14u-16u	LDC: Kaarten met OKRA	Plaza
	14u - 16u	Samen lezen 2	De Kouter
12 maart	10u-11u	LDC: Seniorengym	Plaza
	14u-17u	LDC: Gezelschapsspelen	Plaza
	14u - 15u	Gezelschapsspelen met 6B	Brasserie
13 maart	10u-11u	Fit en Actief	Brasserie
	14u-17u	LDC: Bingo	Plaza
	13u30-16u	Crea-atelier	Crea-lokaal
16 maart	14u - 16u	Contactkoor	Brasserie
	14u-16u	LDC: Petanque en gezelschapsspel	Plaza
17 maart	10u-10u45	Zitturnen	Brasserie
	14u-17u	LDC: Handwerken	Plaza
	14u20-15u30	Wandelclub	Plaza
18 maart	14u-16u	LDC: Lijndansen met OKRA	Plaza
	14u-16u	LDC: Kaarten met OKRA	Plaza
	14u - 16u	Samen lezen 1	Cafetaria zusters
	13u30 - 16u30	Superette Bernadette	Kapel Brasserie

KALENDER

Datum	Uur	Activiteit	Locatie
19 maart	10u-11u	LDC: Seniorengym	Plaza
	14u-17u	LDC: Gezelschapsspelen	Plaza
	14u - 15u	Yoga	Cafetaria zusters
20 maart	10u-11u	Fit en Actief	Brasserie
	14u-17u	LDC: Bingo	Plaza
	13u30-16u	Crea-atelier	Crea-lokaal
23 maart	14u-16u	LDC: Petanque en gezelschapsspel	Plaza
24 maart	10u-10u45	Zitturnen	Brasserie
	14u-17u	LDC: Handwerken	Plaza
	14u20-15u30	Wandelclub	Plaza
25 maart	14u - 16u	Samen lezen 2	Cafetaria zusters
	13u30 - 16u30	Superette Bernadette	Kapel Brasserie
	10u -11u	Zingen met Bernardus	Brasserie
26 maart	10u-11u	LDC: Seniorengym	Plaza
	14u-17u	LDC: Gezelschapsspelen	Plaza
27 maart	10u-11u	Fit en Actief	Brasserie
	14u-17u	LDC: Bingo	Plaza
	13u30-16u	Crea-atelier	Crea-lokaal
30 maart	14u-16u	LDC: Petanque en gezelschapsspel	Plaza
	14u30 - 15u30	Paasbezinning	Brasserie

KALENDER

Datum	Uur	Activiteit	Locatie
31 maart	14u-17u	LDC: Handwerken	Plaza
	18u - 19u30	Avondactiviteit: SWINGO	Brasserie

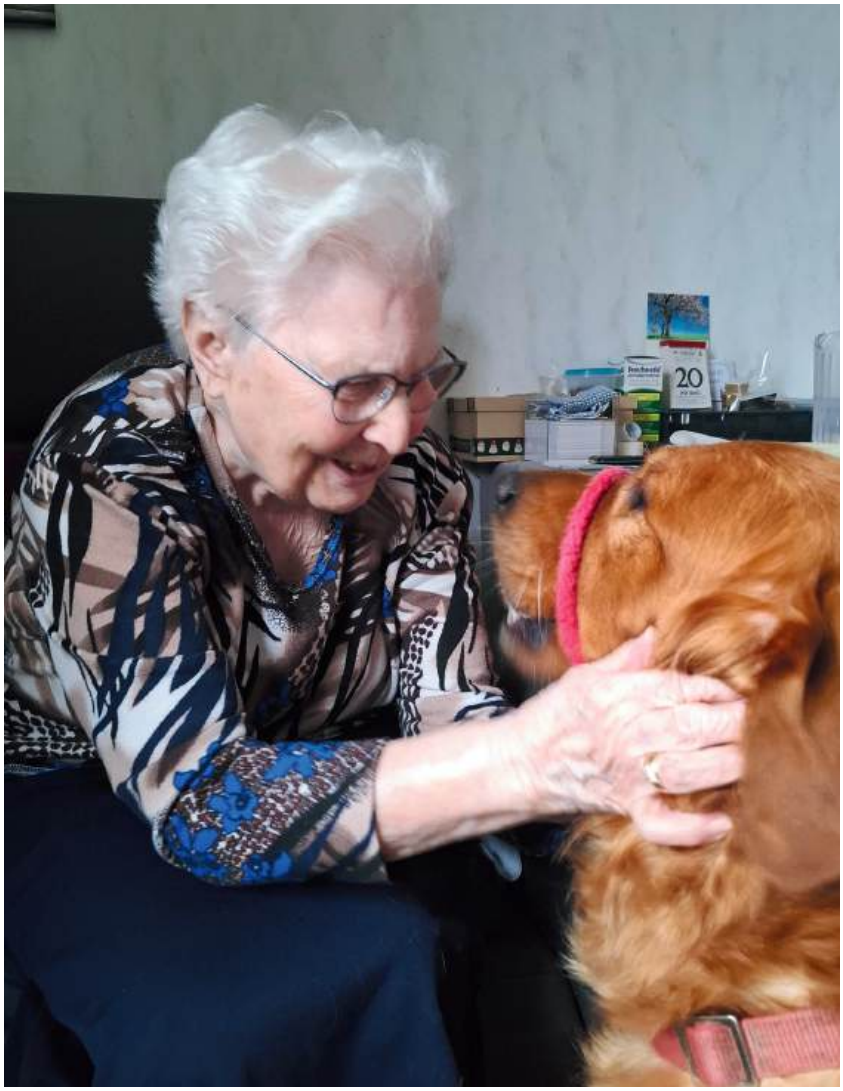
WIST JE DAT...

In de nacht van zaterdag op zondag (28/29 maart 2026) schakelen we over van wintertijd (standaardtijd) op zomertijd. Om juist te zijn: zondagochtend 29 maart 2026 om twee uur 's ochtends draaien we de klok één uur vooruit, twee uur wordt drie uur.

De overschakeling naar zomertijd heeft drie directe gevolgen: je zal zondagochtend een uur minder kunnen uitslapen, de zon komt vanaf zondagochtend een uur later op en gaat een uur later onder.

Op het Hoogveld kwam de knappe viervoeter Luca op bezoek. Zoals jullie kunnen zien op de foto is Luca een echt knuffeltalent! Hij houdt ervan om geaaid te worden en wij houden van zijn bezoekjes :-)

Kom je ook graag op bezoek met je huisdier? Dan ben je hier heel erg welkom.



UIT EN THUIS: CREA VOOR VALENTIJN

Het Zonneveld werd in een roze/rood jasje gestoken ter ere van Valentijn. En uiteraard knutselden onze bewoners ijverig mee.

UIT EN THUIS: CREA VOOR VALENTIJN

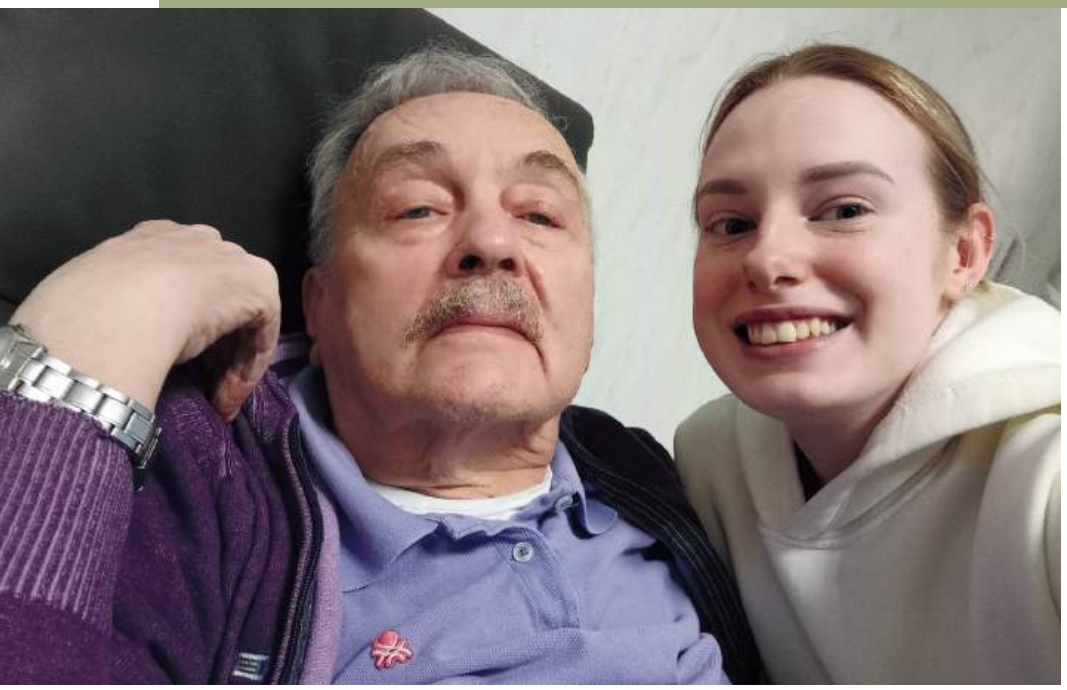
LIFTSELFIE

UIT EN THUIS: KAAS EN WIJNAVOND

Met maar liefst 101 inschrijvingen en 2 shiften kunnen we van een echt succes spreken voor onze 2de kaas- en wijnavond.

UIT EN THUIS: KAAS EN WIJNAVOND

UIT EN THUIS: NAMIDDAGJE OP HET ZONNEVELD



UIT EN THUIS: PANNENKOEKEN OP DE KOUTER

Februari is de maand van Lichtmis. Op 2 februari vieren we het feest van Maria en de terugkeer van Maria en Jezus Christus 40 dagen na zijn geboorte naar de tempel in Jeruzalem.

Bij Lichtmis hoort een gezellige traditie: pannenkoeken eten. Dat gebruik is ontstaan als volksgewoonte en symboliseert overvloed en het licht dat terugkeert na de donkere wintermaanden.
Dus: februari is de maand van Lichtmis... en dan eten we pannenkoeken!

UIT EN THUIS: PANNENKOEKEN OP DE KOUTER

UIT EN THUIS: POËZIE NAMIDDAG

Winke Wieërs, dorpsdichter van Bertem, houdt van woorden en woordkunst. In haar jeugd volgde ze dictie en voordracht en behaalde zo in 1991 een zilveren medaille aan de Woordacademie van Beringen. Ze schreef toen ook al af en toe gedichten en won in 1990 een poëzieprijs. Toch koos ze na lang twijfelen niet voor Germaanse filologie, maar voor ingenieurswetenschappen en sloeg dus een andere weg in. Sinds 2024 is ze dorpsdichter van Bertem en in februari kwam ze een aantal van haar gedichten voordragen in het woonzorgcentrum.

MIJN DORP

Daar waar Voer en Dijle stromen,
waar snelwegen samenkomen,
daar staat een kerk, al eeuwenoud
in het dorp waar ik van houd.

Daar waar buizerds de wind trotseren
en fazanten zich duchtig moeten weren
tegen jagers met honden en geweer,
daar regelen 2 radars het luchtverkeer.

Daar waar herten en reetjes stoeien
en in de lente bosanemoontjes bloeien,
daar wandel je in alle rust en stilte
en vergeet je even de wereldlijke kilte.

En eens per jaar, is het er plots heerlijk druk
en vind je er misschien een waardevol erfstuk
of geniet je gewoon wat van de sfeer
die er op de Ellekensmarkt heerst.

En wil je terug rust, dan weet je het wel:
trek naar de Koeheide of de Veronakapel
Geef toe, het leven is er schoon
in het dorp waar ik woon.

Winke Wieërs – Mijn Dorp

“Ooohhh ik voel het al een beetje!!"

24 februari hadden wij een avondactiviteit anders dan gewoonlijk. Een thema-avond rond intimiteit, gebondenheid, rouw van je partner en de nood aan seksualiteit. We hebben niet alleen gelachen met enkele uitspraken tijdens de vragenronde. Maar ook een traan weggepinkt wanneer we spraken over die lege, koude plek naast ons in bed. ‘Ik vond het verrijkend!’, ’Zo fijn dat we hier over konden praten!’, ‘ben ik niet te oud hiervoor??’ … allemaal thema´s die in groep hartelijk werden opengetrokken. Nogmaals bedankt voor jullie talrijke aanwezigheid, jullie nieuwsgierigheid en jullie feedback. Wij nemen het mee!

Naast gesprekken over gemis en intimiteit konden bewoners ook kennismaken met de Satisfyer, wat zorgde voor een aantal grappige reacties en uitspraken. “Ooohhh ik voel het al een beetje!!" reageerde Isabelle toen we de Satisfyer tegen haar oorlel hielden om het effect te laten ervaren.*

UIT EN THUIS: SEXY TALK AVONDACTIVITEIT

**De Satisfyer biedt senioren een eenvoudige en veilige manier om opnieuw te genieten van intimiteit en genot. Met een gebruiksvriendelijk ontwerp met zachte materialen en instelbare standen.*

UIT EN THUIS: VALENTIJNSCONCERT

UIT EN THUIS: VERJAARDAGSFEEST OP HET ZONNEVELD

WIST JE DAT...

... er vorige maand een klein aapje wereldberoemd werd?

In februari maakte de wereld kennis met Punch, een babyaapje in de zoo van de Japanse stad Ichikawa. Punch ('Panchi-kun' in het Japans) is een jonge makaak van bijna 7 maanden oud. Kort na zijn geboorte werd hij verstoten door zijn moeder. Geen van de andere apen in de groep nam de moederrol over, wat in het wild dikwijls gebeurt.

De verzorgers moesten Punch apart van de groep en met de hand grootbrengen en zochten een manier waarop ze hem het zachte, geborgen gevoel van zijn moeder konden bieden. Een knuffel van een orang-oetan bleek zijn favoriet te zijn. Sinds een dikke maand woont Punch bij de apenkolonie, maar hij blijft stevig vasthouden aan zijn knuffel. Sinds de beelden van het aapje gedeeld werden heeft hij er over de hele wereld fans bij.

De zoo van Ichikawa post geregeld updates en komt nu met goed nieuws voor de vele fans. Punch lijkt zich steeds meer te settelen in de groep. Enkele apen groomen Punch af en toe, dat wil zeggen dat ze zijn vacht intensief doorzoeken en reinigen. In apenkolonies is dat een cruciaal sociaal ritueel, het is de voornaamste manier waarop ze onderlinge relaties opbouwen en versterken.

RECEPT VAN DE MAAND:
PREITAART

Prei is het hele jaar in te verkrijgen, maar officieel is maart de maand waarin deze het beste groeit! Probeer deze preitaart met boerenkaas eens, gegarandeerd smullen.

Ingrediënten:

- 1 pak hartige taartdeeg
- 4 theelepels fijne mosterd
- 1 prei
- 250 gram boerenkaas
- 200 gram zure room
- 5 eieren
- 2 bosuien

Bereiding:

1. Bekleed de vorm met de deegplakjes en besmeer de bodem met de mosterd.
2. Maak de prei schoon, verwijder de buitenste bladeren, snijd ze in de lengte in maar laat het uiteinde met de worteltjes er aan zitten. Was de prei onder warm water zodat al het zand er tussen uit is. Snijd dan de prei fijn en laat ze goed uitlekken. Snijd de kaas in kleine blokjes.
3. Klop de eieren los met de room, maak dit mengsel op smaak met versgemalen peper en zout.
4. Snijd de bosuitjes in dunne ringetjes schep ze samen met de kaas door het eimengsel.
5. Verdeel de prei over de deegbodem, giet het eimengsel op de prei.
6. Bak de hartige taart in het midden van de voorverwarmde oven in ongeveer 30 minuten goudbruin en gaar.

Smakelijk!

OVERLEDEN BEWONERS

Paul Igodt
Geboren op 07/07/1941
Overleden 27/02/2026
Woonde op de Kouter

Marianne Hoffmann
Geboren op 03/07/1929
Overleden 02/02/2026
Woonde op huize Vaerenberg

Maria Vandermeeren
Geboren op 10/07/1928
Overleden 21/02/2026
Woonde op de Vleugt

Louise Anne Vervaet
Geboren op 15/02/1951
Overleden 01/02/2026
Woonde op de Vleugt

Simona Bisschops
Geboren op 07/11/1935
Overleden 19/02/2026
Woonde op het Zonneveld

Maria Vranken
Geboren op 10/08/1935
Overleden 13/02/2026
Woonde op het Kuipersveld

Alfons Marcoen
Geboren op 26/04/1939
Overleden 07/02/2026
Woonde op het Hoogveld

NIEUWE BEWONERS

Constant Coekaerts
Woonde in Bertem
Woont nu op het Hoogveld

André Devacht
Woonde in Wezembeek-Oppem
Woont nu op het Zonneveld

Wim Wittevrouw
Woonde in Rillaar
Woont nu op de Eyckenmolen

Frieda Van Hove
Woonde in Bertem
Woont nu op het Zonneveld

Marie-Claire Amer
Woonde in Meerbeek
Woont nu op huize Vaerenberg

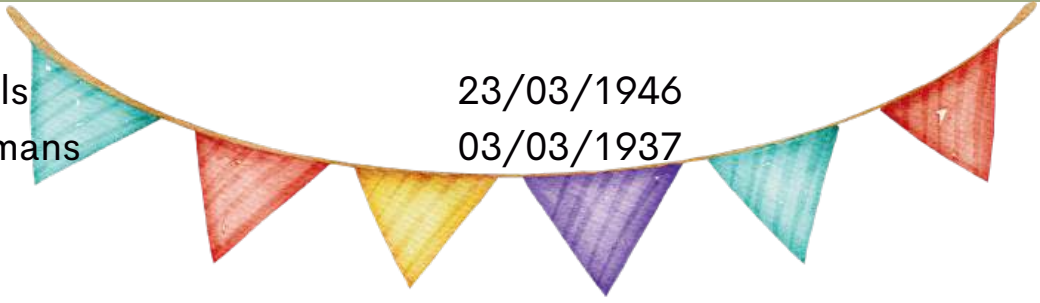
JARIGE VRIJWILLIGERS

Mathys Bernadette	6/03/1956
Degreef Jutta	7/03/2003
De Maesschalck Christina	25/03/1945
Vermaelen Martine	28/03/1960
Froidcoeur Dirk	31/03/1965
Wuyckens Rudi	31/03/1959

JARIGE BEWONERS

Krista Buyst	1/3/1968	HET KUIPERSVELD
Arlette Verboven	3/3/1941	DE KOUTER
Dirk Vanhoutteghem	7/3/1965	T SOETE
Barbara-Ann Saunders	8/3/1948	HET ZONNEVELD
Emiel Cloetens Michel	10/3/1960	DE KOUTER
Marie Claire Raymaekers	17/3/1933	VAERENBERG
Christiane Conings	19/3/1935	VAERENBERG
Walter Cailliau	20/3/1929	HET KUIPERSVELD
Jenny Aerts	21/3/1936	DE EYCKEMOLEN
Simone Vleminckx	22/3/1932	VAERENBERG
Rudy Hay	23/3/1961	VAERENBERG
Leona Van Eycken	23/3/1955	T SOETE
Marie-Louise Vanbegin	24/3/1933	DE KOUTER
Denise Van Pee	24/3/1929	DE KOUTER
Maria José Haesendonck	25/3/1938	HET ZONNEVELD
Ida Vandenplas	26/3/1935	DE EYCKEMOLEN
Suzy Spaenhoven	26/3/1947	VAERENBERG
Remi De Coninck	27/3/1926	HET HOOGVELD
Godelieve Adriaens	29/3/1943	HET ZONNEVELD
Florentina Vanvlasselaer	29/3/1938	DE EYCKEMOLEN
Antoinette Servranckx	30/3/1935	HET KUIPERSVELD

JARIGE FLATBEWONERS



Jose Michiels	23/03/1946
Jan Timmermans	03/03/1937

JARIGE MEDEWERKERS

Ria De Backer	01-03-1967
Elke Vandeput	01-03-1979
Hilde Blommaert	03-03-1968
Jente Haesendonck	03-03-1998
Maryam Khatlan	03-03-2008
Yane Carpentier	04-03-1996
Jenny Renders	05-03-1961
Wiske Zaal	05-03-1996
Kato Gilis	06-03-2004
Rani Ceuterick	07-03-2003
Eloisa Van Laer	08-03-1969
Evy Rentmeesters	08-03-1978
Anouchka Guiot	10-03-1990
Annabel Stas	13-03-1990
Yuna Verlinde	13-03-2007
Millicent Henderickx	14-03-1971
Anneleen Dewyn	14-03-1978
Colette Willemse	15-03-1975
Mazlum Deli	18-03-1966
Chantal Dotremont	19-03-1970
Jessica Antwi	21-03-2002
Sofie Cammaerts	23-03-1984
Deborah Vandenhoudt	23-03-1993
Sine Lambrechts	24-03-2001
Karine Brijs	25-03-1963
Laurens Allemeersch	26-03-1989
Sofie Crab	28-03-1976
Rudi Wuyckens	31-03-1959

Carmens Collection

KLEDIJ VERKOOP

PLAZA

Le(u)vende klanken

ISM LUCA SCHOOL OF ARTS

Masterstudenten Kamermuziek van Campus Lemmens brengen, samen met gastmuzikanten, maandelijks live muziek naar WZC's — volledig vrijwillig en onbezoldigd. Met één doel: welzijn versterken via muziek en ontmoetingen tussen generaties.

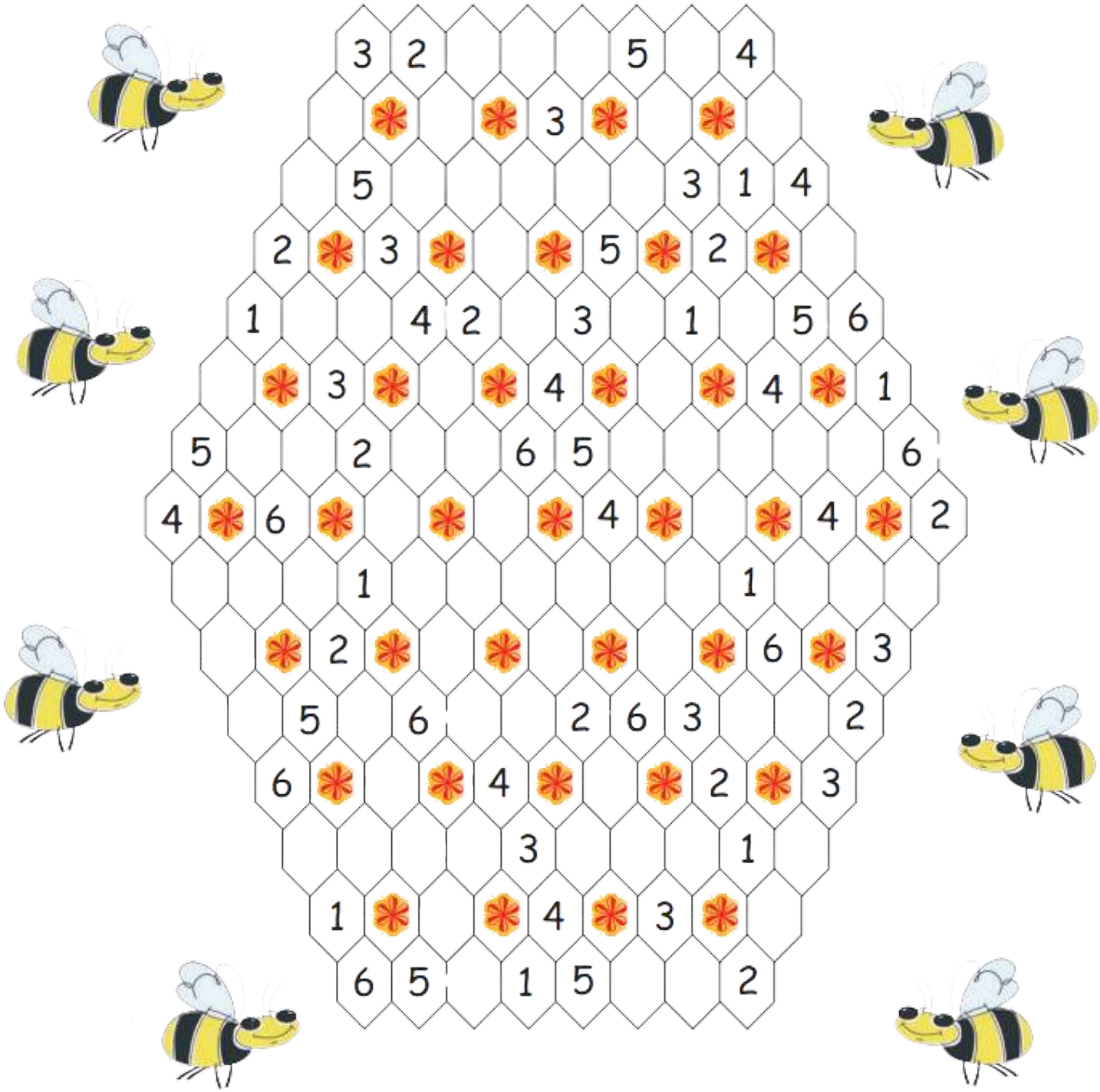
9 maart 2026

Brasserie

14u30

SWINGO
31 Maart
Deuren open om 18u
BRASSERIE VAN GOGH

Vul in de vakjes de getallen 1 tem 6 in. Rond de vakjes met de bloemen moet steeds 1 van de 6 cijfers worden ingevuld. ER mogen echter nooit 2 identieke cijfers naast elkaar staan. Veel plezier bij het puzzelen.



Naam: .....

Woont op: .....

De gelukkige winnaar krijgt een bon voor een consumptie in Brasserie Van Gogh. De bon wordt met de binnenpost bezorgd.

De winnaars van de vorige prijsvragen zijn Simone Van Roey en De Bie Huguette. Proficiat!!

KEN JE DIT NOG?

Te land, ter zee en in de lucht was een Nederlands **televisieprogramma** op RTL 4. In dit programma deden mensen een poging doen om een parcours af te leggen met zelfgemaakte auto's, boten, vliegtuigen en andere vervoermiddelen. Van 1973 tot 2011 was het een van de belangrijkste en bekendste programma's van de TROS en tevens het langstlopende amusementsprogramma van de Nederlandse televisie.

#TEAMBERNARDUS