Huiskrant

APRIL 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

07 KALENDER

11 IN DE KIJKER

13 UIT EN THUIS

26 GEDICHT

28 VERHAAL

30 WIST JE DAT...

31 RECEPT VAN DE MAAND

32 OVERLEDEN BEWONERS

33 NIEUWE BEWONER EN JARIGE VRIJWILLIGERS

34 JARIGE BEWONERS EN JARIGE FLATBEWONERS

35 JARIGE MEDEWERKERS

36 PRIKBORD

42 PRIJSVRAAG

43 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

April brengt ons een frisse start. We hebben een glimp van de lente mogen opvangen, maar daar brengen de “aprilse grillen” nu verandering in. Gelukkig kreeg ik tijdens de maand maart heel veel foto’s van jullie doorgestuurd waar jullie duidelijk hebben genoten van het mooie weer (zelfs al eens met een ijsje erbij). Deze huiskrant heeft dan ook een zonovergoten laagje gezelligheid.

We bevinden ons in april ook in de veertigdagentijd, een bijzondere tijd van bezinning en voorbereiding op Pasen. Voor velen onder ons is dit een vertrouwde periode, die herinneringen oproept aan vroeger: eenvoudiger eten, wat meer stilte, en misschien ook meer aandacht voor wat echt belangrijk is.

Ik wens jullie een zalig Pasen toe,
Veel leesplezier,

WOORDJE TER INSPIRATIE

De maand april begint al meteen met een Hoogdag: Pasen!
Pasen, het is een feest dat leeft voor jong en oud. Maar wat leeft er? Het is een mix van religieuze tradities, van lentevreugde en gezellige familieactiviteiten. Het is een periode van nieuw leven, zowel in de natuur als religieus als mogelijks ook in ons eigen leven.

Als we even inzoomen op de oorsprong van het Paasfeest, komen we in de eerste plaats uit bij het joodse feest 'Pesach', het feest dat de joden vierden bij de bevrijding uit de slavernij in Egypte (een verhaal dat we lezen in het boek Exodus van het oude testament). Een andere mogelijkheid zou zijn dat het verwijst naar het Latijnse woord 'pascua', dat weide betekent en op die manier zou verwijzen naar de lente en al het jonge leven dat zich op die weide bevindt (denk bvb maar aan de lammetjes die in het voorjaar vrolijk ronddartelen).

Nog een andere benadering verwijst naar de Duitse en Engelse woorden voor Pasen – respectievelijk Ostern en Easter- die zouden verwijzen naar de oud Germaanse godin van de vruchtbaarheid: Eostre. Ondanks al deze elementen is Pasen bij ons onlosmakelijk verbonden met het Christendom: we gedenken dat Jezus is gestorven en uit de dood is opgestaan. Een krachtige en hoopvolle boodschap die van Pasen hét Hoogfeest voor de Christenen maakt. Het feest bij uitstek van verlossing en nieuw leven.

Hoe we het ook bekijken, alles wijst op een vreugdevol gebeuren. Er is sprake van bevrijding, vruchtbaarheid en nieuw leven, allemaal begrippen waar we allicht positieve gevoelens of gedachten bij ervaren. Elk op onze eigen manier.
Laten we even inzoomen op dat 'nieuw leven'. Nieuw leven laat zich in de Paasperiode in de eerste plaats volop voelen in de natuur. Wat een weldaad om telkens opnieuw na de barre winterkou waarin alles dood lijkt, te mogen aanschouwen hoe alles weer ontluikt met een onverwachte kracht. Het leven barst los!!

Maar het ervaren van 'nieuw leven' kan op verschillende vlakken plaatsvinden, variërend van een sterke geloofservaring tot het 'op een nieuwe lei' beginnen in persoonlijke situaties.

Voor christenen is 'nieuw leven' onlosmakelijk verbonden met het Paasmysterie van dood en verrijzenis . Jezus die doorheen 'lijden' tot opstanding komt. Het is een element van ons christelijk geloof dat we moeilijk kunnen vatten, het is mysterie. Maar het is een krachtig mysterie: de opstanding van Jezus uit de dood symboliseert de overwinning op de dood en dit betekent: hoop, nieuw leven én de belofte dat de dood niet het einde is. Er wacht een 'nieuwe schepping'.

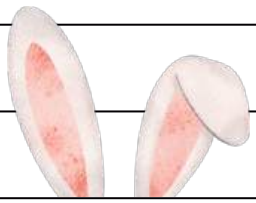
Maar ‘verrijzenis’ kan ook plaatsvinden op elk moment van ons leven, hier en nu, wanneer wij er voor openstaan. Jezus neemt ons op in zijn verrijzenis nog voor we sterven. Hij roept ons op de ‘stenen’ waarachter we gevangen zitten in duisternis, weg te rollen.

Op persoonlijk vlak kan ‘nieuw leven’ wijzen op een ‘nieuwe start’ na een moeilijker periode waar je in vast zat: een dierbare waarvan je afscheid moest nemen, een breuk die om herstel vraagt, een rouwverwerkingsproces van loslaten. Je wordt uitgenodigd om een nieuwe start te maken. Het ervaren van nieuw leven komt vaak door het losbreken uit oude patronen en het maken van keuzes die leiden tot groei. Ook hetloslaten van het verleden en vergeving vragen/geven kan belangrijk zijn. En last but not least: zoeken naar zingeving (wat geeft mij zin in het dagelijks leven) kan helpen om ons leven rijker te maken. Zin in het leven haal je uit verbinding met jezelf en anderen, betekenisvol werk, hobby's, en dankbaarheid voor kleine momenten. Het is een persoonlijk gevoel van voldoening, vaak gevonden in liefde voor mensen om je heen, in de natuur, in creativiteit en in het bijdragen aan de wereld.

Nieuw leven ervaren is dus een proces van loslaten, vernieuwen en groeien en vooral van geloven dat nieuw leven ten allen tijde mogelijk is

KALENDER

Datum	Uur	Activiteit	Locatie
1 april	13u30 - 16u30	Superette Bernadette	Kapel Brasserie
	14u15 - 15u15	Rondleiding nieuwe bewoners	Brasserie
2 april	10u-11u	LDC: Seniorengym	Plaza
	14u-17u	LDC: Gezelschapsspelen	Plaza
	14u-15u	Paascrea ism de Waaier	Brasserie
3 april	10u-11u	Fit en Actief	Brasserie
	14u-17u	LDC: Bingo	Plaza
	13u30-16u	Crea-atelier	Crea-lokaal
5 april		PASEN	
6 april		PAASMAANDAG	
	14u-16u	LDC: Petanque en gezelschapsspel	Plaza
7 april	14u-17u	LDC: Handwerken	Plaza
	10u-10u45	Zitturnen	Brasserie
	14u20-15u30	Wandelclub	Plaza
	14u - 15u	Paasviering	Kapel zusters
8 april	10U - 12U	LDC: Bloemschikken	Plaza
	13u30 - 16u30	Superette Bernadette	Kapel Brasserie
	14u - 16u	LDC: Lijndans en kaartnamiddag	Plaza
9 april	10u-11u	LDC: Seniorengym	Plaza
	14u-17u	LDC: Gezelschapsspelen	Plaza
10 april	10u-11u	Fit en Actief	Brasserie
	14u-17u	LDC: Bingo	Plaza



KALENDER

Datum	Uur	Activiteit	Locatie
	13u30-16u	Crea-atelier	Crea-lokaal
13 april	14u-16u	LDC: Petanque en gezelschapsspel	Plaza
	14u-15u	Zin in dialoog	Cafetaria zusters
14 april	10u-10u45	Zitturnen	Brasserie
	14u-17u	LDC: Handwerken	Plaza
	14u20-15u30	Wandelclub	Plaza
15 april	14u - 16u	Samen lezen 2	Cafetaria zusters
	13u30 - 16u30	Superette Bernadette	Kapel Brasserie
	14u - 16u	LDC: Lijndans en kaartnamiddag	Plaza
16 april	10u-11u	LDC: Seniorengym	Plaza
	14u-17u	LDC: Gezelschapsspelen	Plaza
	14u - 15u	Yoga	Cafetaria zusters
	14u-14u30	Bewonersraad	Cafetaria zusters
17 april	10u-11u	Fit en Actief	Brasserie
	14u-17u	LDC: Bingo	Plaza
	13u30-16u	Crea-atelier	Crea-lokaal
20 april	Namiddag	Valpreventie-Quiz Dobbelfit en Beweegroute wandeling Letterzetterpad Fitometer in huis	Op de wooneenheid
	14u-16u	Contactkoor	Brasserie
	14u-16u	LDC: Petanque en gezelschapsspel	Plaza
21 april	10u-10u45	Zitturnen	Brasserie
	14u-17u	LDC: Handwerken	Plaza

KALENDER

Datum	Uur	Activiteit	Locatie
	14u20-15u30	Wandelclub	Plaza
	Namiddag	Valpreventie-Quiz Dobbelfit en Beweegroute wandeling Letterzetterpad Fitometer in huis	Op de wooneenheid
22 april	14u - 16u	Samen lezen 2	Cafetaria zusters
	13u30 - 16u30	Superette Bernadette	Kapel Brasserie
	14u - 16u	LDC: Lijndans en kaartnamiddag	Plaza
	14u - 16u	Wandeling door Bertem	Plaza
23 april	10u-11u	LDC: Seniorengym	Plaza
	14u-17u	LDC: Gezelschapsspelen	Plaza
	Hele dag	Fietsmarathon	Brasserie
24 april	10u-11u	Workshop lijndansen	Brasserie
	14u-17u	LDC: Bingo	Plaza
	13u30-16u	Crea-atelier	Crea-lokaal
	14u - 16u	Slotshow week van de valpreventie	Brasserie
25 april	14u30 - 15u30	Herdenkingsviering	Kapel
27 april	14u-16u	LDC: Petanque en gezelschapsspel	Plaza
28 april	10u-10u45	Zitturnen	Brasserie
	14u-17u	LDC: Handwerken	Plaza
	14u20-15u30	Wandelclub	Plaza
29 april	10u - 11u	Zingen met Bernardus	Brasserie
	13u30 - 16u30	Superette Bernadette	Kapel Brasserie
	14u - 16u	Samen lezen 1	Cafetaria zusters

KALENDER

Datum	Uur	Activiteit	Locatie
30 april	10u-11u	LDC: Seniorengym	Plaza
	14u-17u	LDC: Gezelschapsspelen	Plaza
	17u - 19u30	FRIETKOT AAN HUIS	Brasserie

KALENDER LDC DE BLANKAART

Een lokaal dienstencentrum is een gezellige plek waar mensen uit de buurt elkaar kunnen ontmoeten en waar een waaier aan activiteiten aangeboden wordt. Iedereen is er welkom!

Met je vragen over het LDC kan je terecht bij Vanessa Soers op 016 49 08 11 of ldc@stbernardus.be

Woensdag 8 april	10u Plaza	Bloemschikken
Dinsdag 28 april	18u30 Plaza	Koken met Annick: desserts in de airfryer
Donderdag 7 mei	10u Brasserie	Infosessie 'woningaanpassing en hulpmiddelen voor ouderen'
Woensdag 13 mei	13u30 Brasserie	Bloemenmarkt

De Blankaart
ldc Bertem

IN DE KIJKER: DE EYCKENMOLEN EN ‘T BIES

EINDELIJK! De zon! “ooohhh wat zijn we blij”.
Van een terrasje met een aperitief, een fietstocht, wandeling of oefenen met de bal …wat houden wij van die zon!
Onze bewoners lachen meer en de zonnecrème werd zelfs al bovengehaald. We proberen zoveel mogelijk de benen te strekken, net zoals we toen op zoek gingen naar ‘wildbloemen’.
Meer van die zon? Yes please.

IN DE KIJKER: DE EYCKENMOLEN EN ‘T BIES

Welkom op wooneenheid ’t Bies!
Wij zijn een nieuwe wooneenheid die samenhuist met De Eyckenmolen. Momenteel zijn wij met 4 bewoners, maar er komen er nog! Op ’t Bies draait alles om samen leven, gezelligheid en kleine geluksmomentjes. Daarom hebben wij zelf de inrichting en de muurkleuren gekozen. Simpel, maar toch warm met wat groene accenten. We genieten hier van de gewone dingen; een gezellige babbel met een koffietje in de hand, samen eten, humor, hier en daar een uitstapje (met sigaret) of een leuke activiteit die ons even ‘hier weghaalt’. Elk moment; ‘groot of klein’, draagt bij aan wat ’t Bies waardevol maakt.

UIT EN THUIS: ANNABEL, ZONNETJE IN HUIS

Maak kennis met Annabel!
Ze is het vrolijke gezicht achter onze onthaalbalie en het kloppende hart van ons woonzorghuis.
Heb je een vraag, Annabel heeft het antwoord!
Heb je een probleem, Annabel regelt het!
Met haar aanstekelijke lach is ze het zonnetje in huis voor bewoners, familie, vrijwilligers en collega's.
Annabel wij zijn zo blij met jou!

De Eyckenmolen

De zon scheen, dus perfect weer voor een fietstochtje naar Huldenberg. Linda en Evelien namen twee bewoners van het Hoogveld naar het mooie Huldenberg. Daar bezochten ze het kunstwerk "ooghoogte", vanwaar je een prachtig uitzicht hebt over het plateau van Duisburg.

Ook zin in een fietstochtje nu het mooie weer eraan komt? Spreek dan zeker de coach van je wooneenheid aan.

Op 8 september 2024 werd het kunstwerk 'OOGHOOGTE' ingehuldigd. Dit uitkijk- en rustpunt werd ontworpen door het kunstenaarscollectief 'Observatorium' en vormt een ode aan het landschap. Het werk biedt een venster van 360 graden op het glooiende open kouterlandschap van het Plateau van Duisburg.

UIT EN THUIS: HET KUIPERSVELD NAAR DE KRUIDTUIN IN LEUVEN

Het Kuipersveld ging op uitstap naar de kruidtuin van Leuven en nam daar deze mooie foto's.

De Kruidtuin van Leuven is de oudste botanische tuin van België. De universiteit van Leuven legde hem in 1738 aan voor haar studenten geneeskunde. In het serrecomplex van 450 m^2 vind je naast tal van kruidachtige planten, kruiden, water- en kuipplanten, ook een verscheidenheid van tropische en subtropische soorten. Er vinden regelmatig tentoonstellingen plaats in de orangerie, het Poortgebouw en in de openlucht.

UIT EN THUIS: DE VLEUGT IN LENTESFEER

Ook op de Vleugt was de zon en het lentegevoel van de partij. De eerste ijsjes werden gegeten en gesmaakt!

UIT EN THUIS: GEZELSCHAPSSPELEN SPELEN MET DE WAAIER

UIT EN THUIS: GEZELSCHAPSSPELEN SPELEN MET DE WAAIER

UIT EN THUIS: NAGELSTUDIO HET KUIPERSVELD

Pure verwennerij op het Kuipersveld waar de kleurrijke potjes nagellak werden bovengehaald en de bewoners konden genieten van een handverzorging en een mooi keurtje op hun nagels kregen.

UIT EN THUIS: DE VRIJWILLIGERS VAN ‘T SOETE OP STAP MET HET KUIPERSVELD

In maart trokken de bewoners van het Kuipersveld erop uit onder begeleiding van niemand minder dan de bewoners van ‘t Soete.

Dat leverde deze prachtige foto op.

‘T Soete maakte deze maand ook zelf een uitstap.

UIT EN THUIS: LE(U)VENDE KLANKEN

UIT EN THUIS: ONZE WERKNEMERS IN OPLEIDING

Sinds februari zijn 15 medewerkers in huis gestart met een IKA opleiding. Tijdens deze opleiding leren ze het vak van zorgkundige door een combinatie van lessen in samenwerking met Qrios en opleiding op de werkvloer.

IKA staat voor structureel InstroomKAnaal. Tijdens de opleiding blijven deze medewerkers gewoon bij ons werken en ook hun stage mag bij Sint Bernardus doorgaan.

We zijn heel trots en blij dat zoveel medewerkers zich kandidaat hebben gesteld en interesse hebben in een zorgberoep. We wensen hen uiteraard ook veel succes toe bij hun studies.

Herken jij één van hen op onderstaande foto?

UIT EN THUIS: BAL OP HET ZONNEVELD

UIT EN THUIS: BLOEMSCHIKKEN MET DE KOUTER

In de periode voor Pasen ontluiken ook stilaan de eerste kleuren in de natuur. Ideaal om samen een Paasbloemstukje samen te maken.

De Week van de Vrijwilliger 2026 vond plaats van zaterdag 28 februari tot en met zondag 8 maart 2026. Het centrale thema was “Jij bent BIJzonder”, waarmee de onmisbare inzet van vrijwilligers wordt gevierd en gewaardeerd.

Vrijwilligers zijn écht bijzonder, elke dag maken ze de wereld beter. Als bezige bijen laten ze organisaties groeien en bloeien.

BEDANKT AAN AL ONZE VRIJWILLIGERS!

Beste vrijwilligers,

Tijdens de Week van de Vrijwilliger zetten we jullie graag extra in de kijker. Via mail lieten we het al weten, maar ook hier willen we het nog eens herhalen: dankjewel! Dit jaar stond alles in het teken van het bijen-thema en net als bijen zijn jullie onmisbaar en maken jullie samen het verschil.

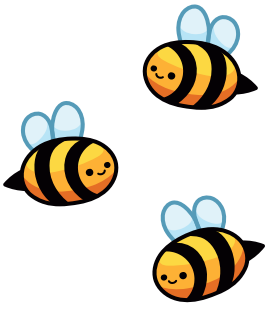
Met deze boodschap willen we jullie oprecht en van harte bedanken voor jullie enorme inzet, tijd en betrokkenheid. Jullie staan altijd klaar om te helpen, vaak zonder iets terug te verwachten — en net dat maakt jullie inzet zo bijzonder.

Dankzij jullie enthousiasme kunnen we blijven doen wat we doen. Jullie maken elke dag opnieuw het verschil, groot én klein, en dragen bij aan een warme, zorgzame omgeving voor onze bewoners, bezoekers en medewerkers.

Vrijwilligerswerk is allesbehalve vanzelfsprekend. Het vraagt tijd, engagement en een groot hart en dat tonen jullie elke keer opnieuw. Jullie positieve houding, energie en helpende handen zijn een echte inspiratie voor ons allemaal.

We zijn dan ook ontzettend dankbaar dat we op jullie kunnen rekenen. Dankzij jullie inzet groeit niet alleen onze werking, maar ook het gevoel van verbondenheid binnen ons huis.
We hopen dat jullie trots zijn op wat jullie doen, want dat zijn wij zeker.

Een welgemeende dankjewel!
Met warme groeten,
Team Bernardus



Toen de eerste rimpels kwamen was ik in paniek,
ik liet mijn face toen liften in een prijzige kliniek.
Nou, mijn man vond het fantastisch,
mijn gezicht was weer elastisch.

Niks geen rimpels, niks geen vouwen,
net zo glad als bij ons trouwen.
Tot mijn vriend zei "het is misschien gek…
maar jou kop past niet meer bij jou nek" .

Ach, een kleine ingreep, ze trekken dit dus strak
en geven hier een sneetje, anders krijg je dáár een zak.
Nou mijn man was heel tevreden over wat ze met me deden,
De chirurg zat met mijn borsten in zijn maag want nu zaten
die volgens hem veel te laag.

Toen ze waren opgehesen, leken ze een beetje klein,
maar met siliconenvulling mochten ze er best weer zijn.
Nou ik zag mijn man ontvlammen,
want ik had zùlke prammen.

Toen op een avond na het vrijen,
keek hij peinzend naar mijn dijen.
En al had ie geen duidelijke kritiek
ik ging toch weer terug naar de kliniek.

Ik had trouwens ook een buikje,
dus na enig overleg liet ik dat meteen ontvetten,
ze zuigen dat in no- time weg.
Om tegelijkertijd mijn billen minstens zóóó' n stuk op te tillen.

Ik was op ieder feestje weer in tel
maar zat wel héél strak in mijn vel.
Mijn man was niet meer op zijn gemak,
want op straat riepen jongens
"ga je lekker oude man zak" .

Nou toen kocht ie een toupetje
en een veel te strak korsetje.
Hij ging wandelen en trimmen
en in het fitnesscentrum gymmen.

En maandenlang volgde hij een rigoureus dieet,
tot hij zonder reden in de sauna overleefd!
Daar stond ik op het kerkhof mooi te wezen aan het graf,
maar nu hij erin lag was de aardigheid eraf.

Nu laat ik de kwabben zwellen en ik zal u wat vertellen….
Dames laat je niet verlakken,
laat de boel toch rustig zakken.
Met gladgestreken nekken valt het leven niet te rekken!
Koester buik en onderkinnen, echte schoonheid zit vanbinnen!

Bedankt Paula voor dit mooie gedichtje!

VERHAAL: HET BOTERHAM MYSTERIE

In een mooi huis ergens in ons land wonen vader en moeder met hun twee kindjes. Een jongen en een meisje, het meisje noemde ze Leentje en de jongen Tuurke. Leentje en Tuurke gaan samen naar de dorpsschool en elke morgen werden de boterhammen met choco lekker gesmeerd, maar de korstjes werden er afgesneden want Leentje en Tuurke die lusten geen korstjes…

Op een morgen zegt Leentje tegen haar mama "mama, doe er maar een boterhammetje bij en laat de korstjes er maar aan." De mama was echt verbaast omdat Leentje een boterham met korstjes wilde en haar broer wilde ook een boterham met korstjes. De mama vroeg waarom ze nu wel boterhammen met korstjes wilde, maar ze kreeg geen uitleg van haar kinderen. Ze hielden hun mondje dicht. En dat duurde nu zo al enkele dagen, de mama begon ongerust te worden en sprak met haar man hierover, maar ze konden maar niets bedenken wat het mysterie van de boterhammen zou kunnen zijn…

Op een morgen ging mama mee naar de school ze wilde dat het mysterie opgelost werd, aan de schoolpoort vroeg ze aan de juf of ze eens onder de middag kan kijken wat er met hun boterhammen gebeurde. De juf kon niets zeggen want zij zelf en haar collega's hebben geen toezicht, maar wel vrijwilligers en ze zou bij de mensen eens gaan horen en ze zouden haar iets laten weten.

Een paar dagen later kreeg de mama telefoon van school, "mevrouw, ik kan u zeggen wat er met de boterhammen is Leentje en Tuurke geven hun boterhammen aan twee kindjes die in de middag niet alle dagen boterhammen meehebben, omdat ze vluchtelingen zijn en nog niet veel hebben." Daarna vertelde de juf nog "mevrouw, u mag fier zijn op uw kinderen en dank u wel dat zij zo goed zorgen voor de twee kindjes!" de moeder liet een zucht van blijdschap.

VERHAAL: HET BOTERHAM MYSTERIE

Het boterhammen mysterie was opgelost! Tegen haar man heeft ze gezegd wat er gebeurd is, maar tegen haar kindjes nog niks. De volgende morgen het zelfde, een boterham zonder korstjes en een boterham met korstjes voor Leentje en Tuurke. Opeens verteld de mama "ik zal de korstjes die jullie niet opeten er maar bij doen dan hebben de twee kindjes iets meer om te eten." Leentje en Tuurke waren verbaast dat mama op de hoogte was van hun geheim, maar ook blij dat het boterhammen mysterie eindelijk opgelost was. Is dat geen mooi verhaaltje van twee kindjes die andere kindjes helpen in deze tijd?

LEVENSWIJSHEID

WIE DAGELIJKS WERKT ALS EEN BIJ
KRACHT HEEFT ALS EEN STIER
WERKT GELIJK EEN PAARD
EN S' AVONDS MOE IS ALS EEN HOND
MOET EENS NAAR DE DIERENARTS GAAN
HET ZOU KUNNEN ZIJN DAT HIJ EEN EZEL IS...

WIST JE DAT...

… we dankzij de steun van Cera recent een akoestische piano konden aankopen?

Deze wordt al volop gebruikt tijdens onze muziektherapiesessies, die hierdoor merkbaar aan kwaliteit hebben gewonnen. Muziek blijft een krachtige manier om emoties op te roepen, herinneringen te stimuleren en het welzijn van onze bewoners te versterken. Doordat de akoestische piano nu centraal wordt ingezet, is de elektrische piano beschikbaar voor extra muzikale activiteiten en spontane muziekmomenten in huis.

Daarnaast werken we aan de organisatie van een belevingsconcert voor onze bewoners en hun mantelzorgers. De voorbereidingen starten rond de zomer, met als doel om in het najaar een eerste concert te laten doorgaan.

We kijken ernaar uit om samen nog meer mooie muzikale momenten te beleven!"

RECEPT VAN DE MAAND:
AIRFRYER GERECHT VAN KOKEN MET ANNICK

Vorige maand ging er weer een sessie “Airfryer koken met Annick” door. Hieronder laten we jullie mee genieten van één van de lekkere gerechtjes die er tijdens de kookworkshop gemaakt werden.

Brocolli zalmquiche
Ingrediënten:

- Brocolliroosjes (geblancheerd)
- Zalm
- Tomaatjes
- 4 eitjes
- room
- geraspte kaas
- peper en zout
- Quiche/taartvorm voor de Airfryer

Bereiding:

1. Leg de brocolli roosjes in de quichevorm.
2. Snij de zalm en tomaatjes fijn en voeg deze erbij.
3. Klop de eitjes los en giet deze over de brocolli, de zalm en de tomaatjes.
4. Kruid met peper en zout
5. Verdeel de geraspte kaas over de quiche.
6. Bak 20 minuten in de airfryer op 160°

Smakelijk!

OVERLEDEN BEWONERS

Edmond D'Hondt
Geboren op 18/01/1933
Overleden 15/03/2026
Woonde op het Hoogveld

Constant Coekaerts
Geboren op 20/07/1937
Overleden 15/03/2026
Woonde op het Hoogveld

Simonne Van Herck
Geboren op 07/07/1933
Overleden 14/03/2026
Woonde op het Hoogveld

Jean Vrebos
Geboren op 07/09/1939
Overleden 09/03/2026
Woonde op de Vleugt

Anna Maria Vandenbosch
Geboren op 27/11/1926
Overleden 28/02/2026
Woonde op het Hoogveld

Leona Laes
Geboren op 13/11/1932
Overleden 28/02/2026
Woonde op de Eyckenmolen

NIEUWE BEWONERS

Eliane Morris
Woonde in Tervuren
Woont nu op de Vleugt

Anna Vandemeulebrouck
Woonde in Erps-Kwerps
Woont nu op het Hoogveld

Ilonné Decabooter
Woonde in Erps-Kwerps
Woont nu op het Hoogveld

Eduard Hendrix
Woonde in Winksele
Woont nu op het Hoogveld

JARIGE VRIJWILLIGERS

Hoefkens Christiane	27/04/1953
Meulemans Katty	2/04/1969
Vanrillaer Frans	17/04/1943

JARIGE BEWONERS

SIMONE VAN ROEY	1/4/1930	HET HOOGVELD
JOSEPHA SIMONS	1/4/1933	VAERENBERG
EDDA VAN ROOSBROECK	2/4/1941	HET HOOGVELD
IVO WILDIERS	2/4/1959	T SOETE
MELANIA ANGELA MEES	4/4/1934	DE VLEUGT
LODEWIJK VANMASSENHOVE	6/4/1933	HET KUIPERSVELD
BEATRICE FOSSELLE	14/4/1946	HET HOOGVELD
EMMERENCE DE GREEF	18/4/1942	DE KOUTER
YOLANDE DE CLERQ	24/4/1933	HET KUIPERSVELD
ISABELLE TORFS	25/4/1934	HET HOOGVELD
CHRISTIANE CEULEMANS	25/4/1947	HET KUIPERSVELD
ROSINE VAN HOORDE	27/4/1934	DE EYCKEMOLEN
LEONARD MUYS	30/4/1965	DE VLEUGT

JARIGE FLATBEWONERS

ANNY ROBEETS	12/04/1948
FRANS VANRILLAER	17/04/1943
JEAN GILIS	19/04/1934

JARIGE MEDEWERKERS

DEFLANDER ANNE	01-04-1967
ANTHOON SANDRA	02-04-1985
DEVLEESCHOUWER BRITT	02-04-1997
GEENINCKX KATLEEN	03-04-1985
COESSENS SENNE	06-04-2004
HASSAN HIBAQ	08-04-2001
HAWRIJK VERA	09-04-1970
STEENHUYZEN KARIN	10-04-1973
BOECKX PEGGY	10-04-1978
SYMENS SILVY	11-04-1993
ESIE MOHAMMUD SEID	12-04-1985
SMEULDERS YANA	12-04-1996
VAN ROSSUM ANN	15-04-1969
WITTEBOLS NANCY	15-04-1970
MOORS INNE	17-04-1973
DE MUYLDER ANNE	18-04-1965
VAN WESEMAEL JOKE	19-04-1993
GHAZARYAN ANAHIT	21-04-1991
VRANCKX CHRISTINE 1	22-04-1968
LORENT TINE	22-04-1980
DE PUE ELS	22-04-1992
VAN LEEUW MURIEL	24-04-1970
MALEVÉ ANNE	25-04-1965
BREYNE SHARON	25-04-1985
VAN CUTSEM BEN	26-04-2005
FEYTENS MARTINE	27-04-1962
SCHEEPMANS ULRIKE	27-04-1991
WOUTERS LUTGARDE	29-04-1959
LAMAL KARINA	29-04-1969

WEEK VAN DE VALPREVENTIE

Maandag 20 april

In de namiddag
Valpreventie-Quiz
Dobbelfit en Beweegroute
wandeling Letterzetterpad
Fitometer in huis

Dinsdag 21 april

10u00
Zitturnen in de Brasserie

In de namiddag
Valpreventie-Quiz
Dobbelfit en Beweegroute
wandeling Letterzetterpad
Fitometer in huis

Woensdag 22 april

14u00
Wandeling door Bertem

Donderdag 23 april

Fietsmarathon in de Brasserie

Nine to five

Vrijdag 24 april

10u00
Workshop lijndansen
14u00
Slotevenement in Brasserie Van Gogh

Vlaanderen is zorg

logo VL

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Valpreventie.be
Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen

OPROEP BEGELEIDERS WANDELING DOOR BERTEM

22 april 2026

We maken een wandeling door Bertem. Heb jij zin om een familielid, vriend of andere bewoner van Sint Bernardus te begeleiden tijdens deze wandeling?

Schrijf je dan in via onderstaand strookje.

Naam _____ .

Mail/tel _____ .

Stelt zich kandidaat als begeleider tijdens de wandeling door Bertem op 22 april 2026 om 14 uur.

☐ Ik begeleid volgende bewoner (naam + wooneenheid):

_____ .

☐ Ik wil gekoppeld worden aan een bewoner die nog geen begeleiding heeft.

Bezorg dit strookje aan de coach van de wooneenheid of mail het aan karen.decock@stbernardus.be ***vòòr maandag 13 april 2026****.*

GRATIS

Wij nodigen u vriendelijk uit voor ons volgende

Praatcafé dementie

Op donderdag 7 mei

Het lelijke eendje

Dit praatcafé dementie in samenwerking met Zorgcirkels Jongdementie vertrekt van het sprookje "Het lelijke eendje". Onze gastpreker, Katja Van Goethem, gaat op zoek naar gelijkenissen tussen het sprookje en de dagdagelijkse realiteit van mantelzorgers voor personen met (jong)dementie. Vanuit die herkenning staan we stil bij de talenten die mantelzorgers inzetten, maar ook bij de valkuilen die ze ervaren in de zorg voor hun naaste. Op die manier leren mantelzorgers van mekaars verhaal en kunnen ze ervaringen delen.

Spreker: Katja Van Goethem, Zorgboerderij Rimpeling vzw

Plaats: Brasserie Van Gogh, Sint Bernardus, Egenhovenstraat 22, 3060 Bertem

Start: 19u30 (deuren 19u00)

Info: dementie@stbernardus.be of zorgcirkelsjongdementie@zcjd.be

Verantwoordelijke uitgever: Lieve Schuerman, Egenhovenstraat 22, Bertem

Bertem gemeente · Dementievriendelijk Bertem

Memo expertisecentrum dementie

Zorgcirkels Jongdementie

Meer informatie: Hilde Vanderlinden, 016 49 08 11, dementie@stbernardus.be
Meer info: www.stbernardus.be/praatcafe-dementie/

WZC SINT-BERNARDUS

Kunst-tentoonstelling

Over de jaren heen

Artiest:

Wiske Zaal

Je kan deze nieuwe kunsttentoonstelling terugvinden in de gang naar Huize Vaerenberg en de Kouter.

KINÉ: DE KOUTER/ VAERENBERG

FRITUUR AAN HUIS

foodtruck

Donderdag 30 april

vanaf 17u tot 19u

Brasserie

Niet-bewoner €13

Bewoners en kinderen €10

Kindergrime €1

vanaf 16.30u

workshop

STOEL ZWEMMEN

Kom mee je schoolslag of crawl oefenen tijdens onze workshop stoelzwemmen

WOENSDAG 1 APRIL
10u - 11u
BRASSERIE VAN GOGH

Badmuts en zwembril ter plaatse verkrijgbaar

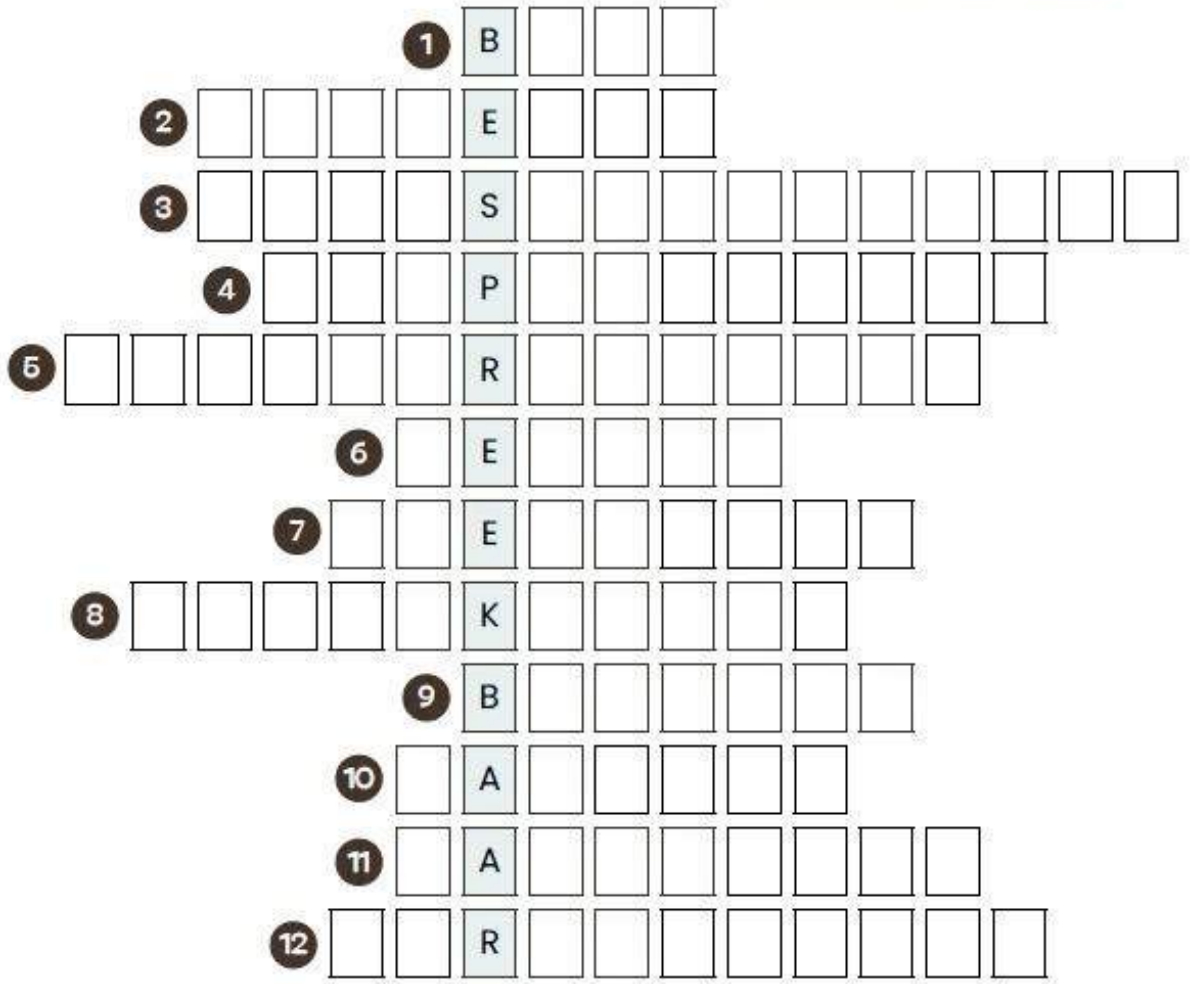
GRATIS voor bewoners
5 EURO voor niet-bewoners

Onder begeleiding van Frédérik (Fredje) Deburghgraeve

Inschrijven via de coach Wonen & Leven

Vind jij de 12 verschillende woorden?

Valpreventie.be
Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen



1. Iedere dag maak je het proper. Het helpt je om beter te kunnen zien.
2. Stevig, comfortabel en met goede sluiting.
3. Je bent in staat om zelf dingen te doen.
4. Een rollator, toiletverhoger, handgreep of wandelstok zijn er voorbeelden van.
5. Het geloof in je eigen kunnen.
6. Zonder gevaar, beschermt tegen ongelukken.
7. Je hebt het nodig om rechtop te blijven.
8. Je traint het best 3 keer per week aan de hand van oefeningen.
9. Je bent ... om te vallen. Hierdoor durf je minder bewegen en worden je spieren zwakker.
10. Het maakt je botten sterk.
11. Neem het onder de loep en verklein het.
12. Je gebruikt het om beter te kunnen zien in het donker.

Naam: .....

Woont op: .....

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

De winnaar van de vorige prijsvraag is Angele Mees van de Vleugt. Proficiat!!

KEN JE DIT NOG?

Walters Verjaardagshow was een spelprogramma op VTM begin de jaren 1990. De kandidaten waren personen die op de dag van uitzending jarig waren. Het programma werd gepresenteerd door Walter Capiau en zijn assistentes Aurore en Grietje.
De meest legendarische en terugkerende zin in het programma is "Laat maar komen, Grietje". Het publiek zat op een tribune. Helemaal achteraan lag een grote dobbelsteen. Het publiek moest hun handen omhoog houden. Grietje duwde de dobbelsteen in het publiek. De dobbelsteen ging dan over de handen naar beneden en belandde op het podium.

#TEAMBERNARDUS