



Het Vosselaars CADO Krantje



Inhoud

- Voorwoord
- Een berichtje van...
- Amusatie
- Uit de oude doos
- Kleurplezier
- Lachen is gezond
- CADO in beeld
- CADO in tijden van Corona
- In de bloemetjes
- Herinner je deze nog?
- Huis en Tuin
- Tips voor mantelzorgers
- Hoe kan je besmetting voorkomen?
- Zelf mondkmaskers maken
- Nuttige telefoonnummers



Voorwoord

Dag allemaal,

Ondertussen is het al een hele tijd geleden dat we jullie hebben gezien. En wat missen we allemaal de dagen dat we allen samen konden zijn!

Hopelijk is alles snel voorbij en kunnen we onze deuren snel terug openen! In tussentijd sturen we jullie af en toe eens een krantje door. Zo kunnen we nog wat contact houden met jullie en we willen op deze manier iedereen ook een hart onder de riem steken!

We wensen iedereen een hele goede gezondheid toe. En weet: we staan altijd voor jullie klaar!

Groetjes,

Daniëlle, Ilse, Klaar, Annick en Eline

Een berichtje van...

Ik mis iedereen in CADO en ben blij dat er elke week iemand van de verzorgende langskomt voor een babbeltje en spelletjes te spelen. De groetjes aan iedereen en hopelijk een snel weerzien.
Celine Franken



Dag allemaal,
lieve vrienden en vriendinnen,

Hopelijk gaat alles goed met jullie en zijn jullie ook nog steeds gezond. Ik kijk er al naar uit om terug samen met jullie naar CADO te mogen komen en daar dan gezellig bij te babbelen.

Hopelijk tot snel!
Groetjes
Hilda Verelst ☺

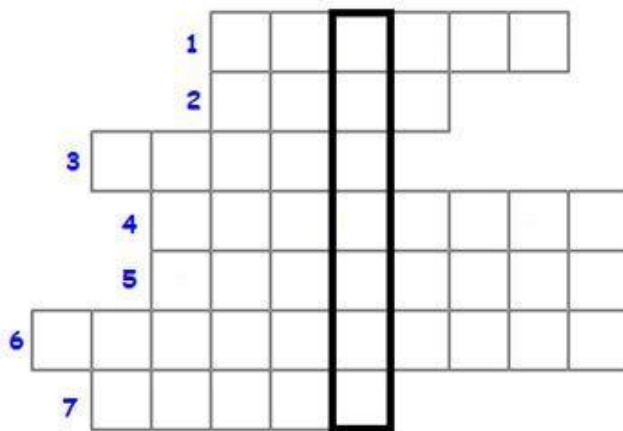
Dat het snel voorbij mag zijn zodat we elkaar weer terug zien bij CADO. Hopelijk iedereen nog in een goede gezondheid!
Oscar De Backer

Heb je zelf een berichtje voor je mede CADO-bezoekers? Geef het ons door via mail gezinszorg.vosselaar@iok.be of bel 014/600 860

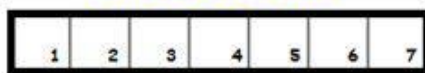
Amusatie



Kruiswoordpuzzel -Muziekinstrumenten-



OPLOSSING



B=D



P=H



-B



P=V



-N



K=N, +D



KR+



-E



Uit de oude doos

O.L.V.Kerk Vosselaar



Lindehoeve
(CADO)

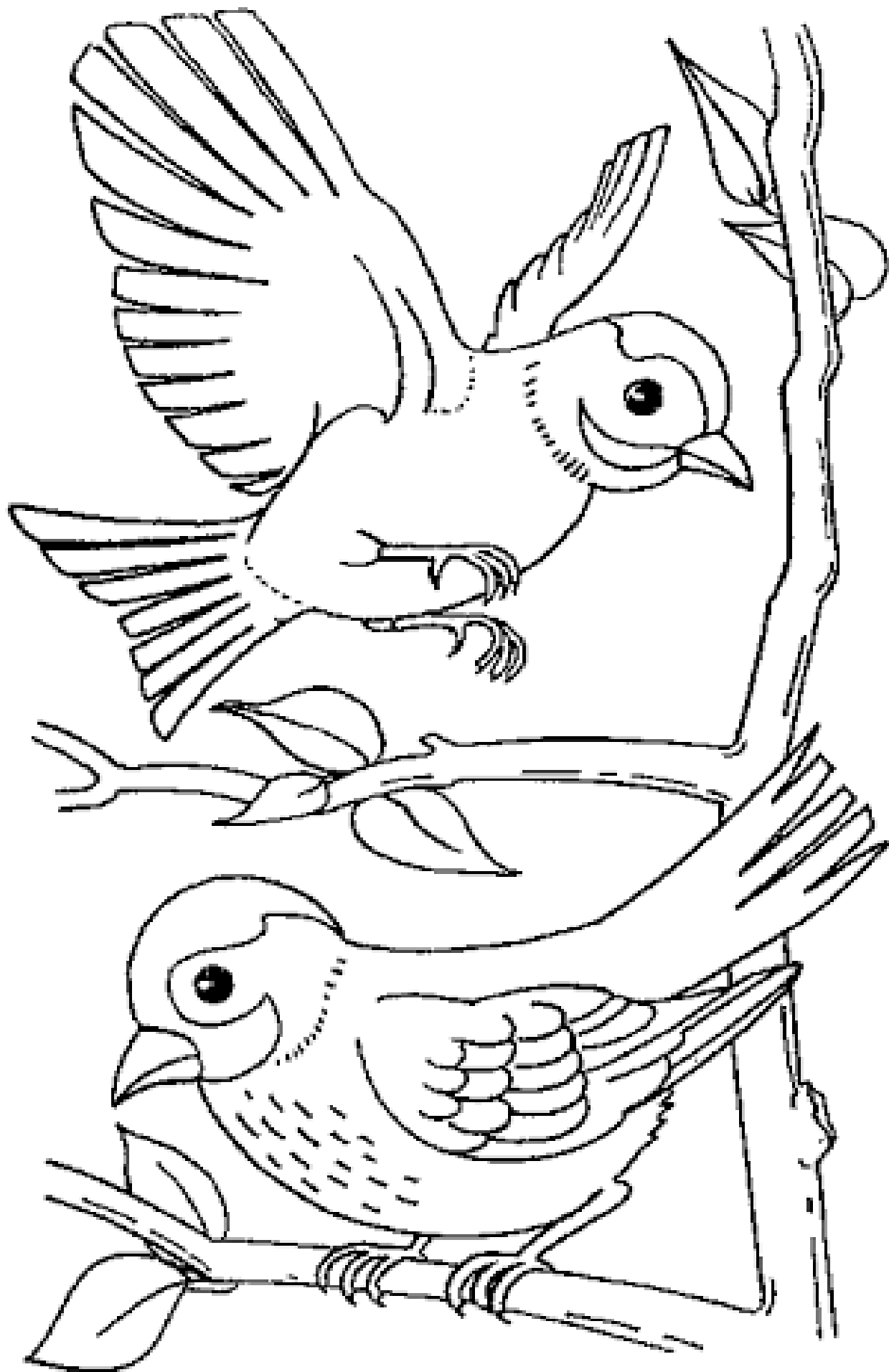


Oud Gemeentehuis
(1913)



Konijnenberg

Kleurplezier





CADO in beeld



CADO in tijden van Corona





Heb je in deze tijd
nood aan wat
gezelschap? Of
iemand die je een
handje komt helpen in
het huishouden? Bel
dan: 01 4/600 860.
Eline Wens

In de bloemetjes



Maart

9 Willy Van Deuren
23 Simonne Vervoort

April

27 Hilda Verelst

Mei

8 Madeleine Sterckx
10 Ilse Eykens
16 Bert Geerts
25 Klaar Verstappen

We hebben het spijtig genoeg niet kunnen vieren, maar we zijn jullie niet vergeten! Daarom deze vermelding in ons krantje. Dikke proficiat!

Dankjewel!



Aan onze vrijwilligers
van MMC: Hilde en
Hilda

Voor je vrije tijd, je energie, je enthousiasme en inzet!

Herinner je deze nog?



Willy Sommers mogen we toch wel rekenen bij de bekendste Vlaamse zangers. Hij was het die aan het begin van de jaren zeventig in de Vlaamse hitlijsten de strijd aanging met Will Tura.

Hij heeft veel hits geschreven zoals "laat de zon in je hart", maar zijn aller bekendste is natuurlijk "7 anjers, 7 rozen"!

Zeven anjers, zeven rozen

Zeven anjers, zeven rozen
Een bruidsboeket voor jou
Zeven anjers, zeven rozen
Heb ik heel speciaal gekozen
Ik die zoveel van je hou

Veertien bloemen, veertien maanden
De mooiste uit ons bestaan
Veertien bloemen als die maanden
Die wij zonder einde waanden
Maar toch ben jij weggegaan

Huis en Tuin

CHOCOLADE CAKE IN EEN ZJAT

Ingrediënten voor 1 zjat (1 a 2 personen)

- 4 el zelfrijzend bakmeel
- 3 el suiker
- 2 el cacaopoeder
- 3 el melk
- 3 el (zonnebloem)olie



De eetlepels met droge ingrediënten hoeven niet glad afgestreaken te worden, maar een grote berg op je lepel is natuurlijk ook niet nodig 😊

BEREIDING:

Doe alle ingrediënten direct in je mok en roer ze goed door elkaar. Zorg dat je de bodem ook goed meeneemt.

Zet de mok in de magnetron en bak de mug cake in 2 minuten op vol vermogen. Bij mij is vol vermogen 800 Watt. Het kan per magnetron verschillen hoeveel tijd er nodig is. Door met een prikker in je cake te prikken kijk je of hij gaar is, als de prikker er droog en schoon uitkomt is hij goed.

Haal je mok met een ovenwant uit de magnetron, hij is heet! Ook even blazen voor je je eerste hapje neemt 😊

MAKEN

OORWORMENLOKKER

Oorwormen zijn supernuttig, ze roven veel plaagdieren uit je tuin, van luizen tot eitjes van de beruchte spinselmot, maar ook verteren ze allerlei tuinafval tot humus. Zelf zijn ze voedsel voor vele tuinvogels. Lok ze met een bloempotje waar je een samengeknoot bundeltje stro of hooi in trekt. Ook in grote dahlia's schuilen ze graag, en in mijn tuin zitten ze zelfs in de brievenbus.



Tips voor de mantelzorgers

De mantelzorgtelefoon



een initiatief van Ziekenzorg CM

Als mantelzorger kun je elke weekdag van 14 tot 18 uur bellen naar **078/15 50 20**.

De Mantelzorgtelefoon is een initiatief van Samana. Ze biedt een luisterend oor voor grote en kleine problemen die je als mantelzorger hebt.

Tip van de maand

Het opmaken van een vaste dagstructuur of dagschema biedt houvast. Je kan dat doen met de persoon met dementie zelf en zichtbaar maken met bijvoorbeeld pictogrammen of foto's voor zover die voldoende herkenbaar zijn. Het dagschema kan je opmaken voor enkele dagen en dan opnieuw ... Wat kan je doen en wat geeft wat structuur? Hanteer dit dagschema niet te strak, het schema moet structuur bieden het mag niet aanvoelen als een blok aan de been.

- tafel dekken en afruimen: stap voor stap werken: eerst borden bij elke stoel zetten, dan de vorken, daarna de messen: geef slechts één boodschap tegelijk en bevestig positief als het goed loopt. Als het niet meteen lukt maak je er geen drama van;
 - hulp bij de voorbereiding van de maaltijd: groenten, aardappelen schillen, appels raspn, fruit in stukjes laten snijden voor fruitsalade;
 - samen fotoalbums bekijken, of samen vertellen over iets uit het verleden dat aangenaam was
- ...

Hoera voor de mantelzorger!



© Suus van den Akker

*Zelfs als niemand je dat zegt,
hou jij mee de wereld **recht**
Dankjewel, mantelzorger!*

Hoe kan je besmetting voorkomen?



Vlaanderen
is zorg

HET CORONAVIRUS

Hoe kan je een besmetting voorkomen?



Was je handen regelmatig en grondig met water en zeep.
Reken zo'n 40 à 60 seconden per wasbeurt.



Hoest of nies in een papieren zakdoekje of in de binnenkant van je elleboog.



Gebruik papieren zakdoekjes en gooi ze weg in een afsluitbare vuilbak.



Blijf thuis als je zelf ziek bent.



Raak je gezicht zo weinig mogelijk aan met je handen.



Vermijd handen geven.



Vermijd nauw contact met personen die ziek zijn.

DRAAG ZORG VOOR JEZELF EN ZO OOK VOOR ANDEREN.



Correct handen wassen met water en zeep

**CORRECT
HANDEN
WASSEN
IN 40 À 60
SECONDEN:**



1 Bevochtig de handen met water en neem een voldoende hoeveelheid vloeibare zeep.



2 Wrijf de handpalmen tegen elkaar.



3 Wrijf de rechter handpalm over de linker handrug en omgekeerd.



4 Wrijf de rechter handpalm tegen de linker handpalm met de vingers van beide handen tussen elkaar.



5 Breng de achterkant van de vingers in de andere handpalm en wrijf de vingers tegen deze handpalm heen en weer.



6 Wrijf de duim van elke hand in met de palm van de andere hand.



7 Wrijf de vingertoppen van elke hand draaiend in, in de palm van de andere hand.



8 Spoel de handen goed af zodat alle zeepresten verwijderd worden.



9 Droog de handen af met een wegwerphanddoekje.



10 Sluit de kraan met het handdoekje zodat je handen niet opnieuw besmet geraken.



Vlaanderen
is zorg

AGENTSCHAP
ZORG & GEZONDHEID

Zelf mondmaskers maken

Om Corona mee te helpen bestrijden organiseert de overheid de **grootste Belgische mondmaskeractie** ooit.

Samen maken we herbruikbare mondmaskers voor iedereen: vrienden, familie, burens, leerkrachten...
Ik bescherm jou,
jij beschermt mij.



Wil je zelf graag de handen uit de mouwen steken? Op www.maakjemondmasker.be kan je meer info vinden. Heb je zelf geen computer maar wil je wel helpen, dan kan je me steeds opbellen en dan bezorg ik jullie het patroon.

Bel: 014/600 860 Eline Wens.

Doe mee aan de Nationale Naaiactie

Ik bescherm jou, jij beschermt mij.
Samen maken we herbruikbare
mondmaskers voor iedereen.

meer info op maakjemondmasker.be



Nuttige telefoonnummers

- * Ambulance en brandweer 112
- * Dringende politiehulp 101
- * Nummer voor niet-dringende brandweerhulp 1722
(Enkel actief tijdens een storm/onweer)
- * Antigifcentrum 070 245 245
- * Tele- onthaal 106
(Praten is de eerste stap,
anoniem)
- * Mantelzorgtelefoon 078 15 50 20
Als mantelzorger kun je elke weekdag van 14 tot 18 u.
terecht bij de mantelzorgtelefoon,
De mantelzorglijn biedt een luisterend oor voor grote en
kleine problemen die je als mantelzorger tegenkomt.
- * ECD Tandem Expertisecentrum 014/47 83 71
Dementie Turnhout
Biedt een luisterend oor voor het verhaal van mensen met
dementie en hun omgeving
- * Verantwoordelijke CADO (Eline Wens) 0471 59 83 88
of 014/60 08 60

