

SIGNAAL

Thuis in elk verhaal



Goed om weten

Sorteerwijzer afval

Oliebollen

Van de paasfoor

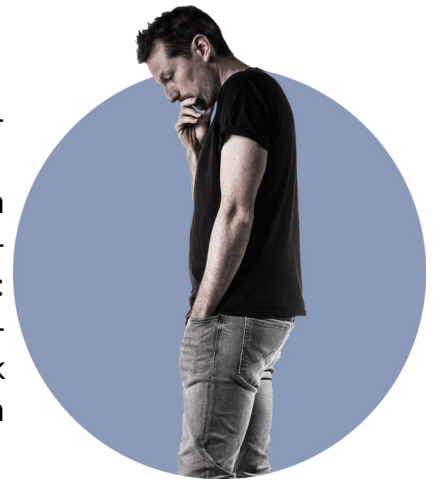
Back on the road

Onze golfkar

Broekenhumor

De ene grap is de andere niet. Er zijn wel degelijk niveaus. Zelfs op 1 april, wanneer kwaliteitscontroles op grappen en grollen niet lijken te bestaan.

Ik heb een beetje een haat-liefde verhouding met die dag. Chocopasta op een wc-bril smeren, iemand naar de bakker sturen voor twee moederkoeken of een scheetkussen op de bureaustoel van een collega leggen: ik heb het nog nooit gedaan. Begrijp me niet verkeerd: ik ben fan - scheetjes zijn altijd grappig - maar ergens overheerst er een soort schrik om dergelijke fratsen te gaan ondernemen. Waarom? Omdat ik bang ben voor de terugslag. De wraak. En ik weet waarover ik spreek.



We schrijven 2001, het jaar waarin ondergetekende met wisselvallig succes de middelbare schoolbanken bezette. Ook toen bestond het al, 1-aprilgrappen. En ook deze jongen had iets “geniaals” in gedachten. Tijdens de eerstvolgende speeltijd zou ik de broek van mijn kameraad X (geen echte naam, ik neem geen risico met de gerechtelijke procedure) naar beneden trekken. Plotsklaps, voor het zicht van alle leerlingen. Een eenvoudig maar trefzeker plan. Bovendien was het geen aartsmoeilijke opdracht, gezien X steevast losse trainingsbroeken droeg. En ik had gezien dat het koortje redelijk los zat. Een koud kunstje dus.

En zo geschiedde. Tijdens die bewuste speeltijd sloop ik als een halve James Bond naar X die - leve de toevalligheid - net met zijn grote liefdescrush Y (geen echte naam) stond te praten. Dat zou de schaamte en dus ook de grapsterkte nog beter maken. Extra gêne. Bonuspunten voor de grap, zo waar.

Knal. Broek naar beneden. X droeg een witte onderbroek met kleine smileys en zijn bovenbenen waren duidelijk minder gebruikt dan zijn onderbenen. Een waar contrast met de knalrode blos die al snel op zijn kaken verscheen. Hilariteit alom, niet in het minst bij Y. Lachen, lachen, lachen.

Tot de volgende speeltijd.

Als zeemzoete wraak had X er niets beter op gevonden dan met een klein gommetje zestien keer hard tegen mijn achterwerk te gooien. Dat stelt toch niets voor, hoor ik u zo denken. Wat klopt, ware het niet dat het gommetje doorprikt was met een aantal kopnaalden. Mijn jeansbroek werd al snel kaas met gaten. Geen aanrader, iets wat mijn ouders me later die dag ook duidelijk maakten.

Maar liefst 27 zondagen heb ik geen zakgeld gekregen. Zo lang heeft het geduurd om die broek af te betalen.

Neen, de ene grap is de andere niet.

DE REDACTIE

Mathieu Isabelle Mattijs



Beste bewoner,

Als Woonzorgmanager richt ik graag het woord aan u! De donkere wintermaanden zijn definitief gepasseerd en we hopen nu op mooie lentedagen. Genoeg maartse buien en hopelijk geen aprilse grillen!

April is een leuke maand omwille van het klassieke voorjaar, maar voor de Kortrijkzaan is de “Paasfoor” (na de Sinksenfeesten) het evenement van het jaar. U weet dat ik erg geïnteresseerd ben in geschiedenis! Vandaar dat ik graag wil weten waar deze paasfoor vandaan komt.

De Paasfoor is al generaties lang een vaste waarde in het voorjaar van Kortrijk. Wat vandaag een kleurrijk evenement is met moderne attracties, lichtshows en de geur van suikerspinnen, heeft zijn wortels in een veel oudere traditie van jaarmarkten en kermissen.

De geschiedenis van de Paasfoor gaat terug tot de middeleeuwen. In die periode organiseerden steden zoals Kortrijk jaarmarkten rond belangrijke religieuze feesten, waaronder Pasen. Tijdens zulke markten kwamen handelaars, ambachtslieden en reizende artiesten naar de stad om hun goederen te verkopen en het publiek te vermaken.

Naast handel waren er ook eenvoudige vormen van amusement: draaimolens, kraampjes met spelletjes en optredens van muzikanten of acrobaten. Deze vroege kermissen vormden de basis van wat later de Paasfoor zou worden. Naarmate de stad groeide en de economie bloeide, werd ook de kermis groter en populairder.

In de 19e en 20e eeuw veranderde de kermiscultuur sterk. Nieuwe technologie bracht mechanische attracties, grotere installaties en spectaculaire ritten. De Paasfoor in Kortrijk groeide uit tot een echte volkskermis waar gezinnen, jongeren en bezoekers uit de hele regio samenkwamen.

Vandaag vindt de kermis traditioneel plaats op en rond het Schouwburgplein, De Grote Markt en de omliggende straten in het centrum van Kortrijk tot aan het Lago zwembad. Moderne attracties zoals snelle achtbanen, botsauto's en hoge torens trekken veel bezoekers, terwijl klassieke kramen met smoutebollen, suikerspinnen en schietkramen de nostalgische sfeer bewaren.

Tegenwoordig is de Paasfoor niet alleen een kermis, maar ook een sociaal evenement dat de lente inluidt in Kortrijk. Families maken er een uitstap van, vrienden spreken er af en voor veel inwoners hoort een bezoek aan de foor gewoon bij de paasvakantie.

Hoewel de attracties met de tijd zijn meegegaan, blijft de essentie dezelfde: mensen samenbrengen voor plezier, ontmoeting en traditie. Zo vormt de Paasfoor een mooie brug tussen het historische verleden van Kortrijk en het levendige stadsleven van vandaag.

Onderkant formulier

Ik wens u veel leesplezier.



We hebben een oud nestkastje in onze tuin.

Ooit door creatieve kinderhanden ineen geknutseld en met bonte kleuren beschilderd, hangt het nu afgebladerd samen met touwtjes en steunplankjes. Ernaast prijkt een ongebruikt gloednieuw exemplaar in rotvrij hout. Duur betaald in de winkel. Maar daarover straks meer.

Jaarlijks mogen we ons verheugen op het bezoek van enkele koolmeesjes die als trouwe vakantie-gangers gebruik maken van het versleten onderkomen. Eerst heel voorzichtig en schuw om de huisraad aan te slepen. Dat moet wel, want er zitten 5 katten in de buurt en onze hond draait overuren om onze tuin tegen die vogeljagers te beschermen. Maar zodra het hongerige gepiep van de jonge meesjes weerklinkt, laten de ouders alle voorzichtigheid varen en komen ze vlak voor ons gezicht voorbij gevlogen om hun kroost te voeden. Instinct van moeder en vader, we weten er alles van.

Elk jaar opnieuw neem ik mij voor om het oude krot weg te gooien en zo de meesjes te verplichten het nieuwe moderne huis te gebruiken. Vorig jaar hing ik bij het nieuwe kastje een bordje “Zimmer Frei”, maar ze kozen toch terug voor hun vertrouwde stek. “Mijn thuis is waar...”, het klopt dus wel.

Mijn toegankelijkheid is niet alleen om de meesjes te verwennen, maar ook omdat ik het zo herkenbaar vind. Wij trekken immers al tientallen jaren honkvast naar hetzelfde plekje in Oostenrijk. Ook onze dochter -intussen uitgevlogen- blijft er heen gaan. Het is onze tweede thuis geworden, ondanks de vele nieuwe hotels en andere logies waar ze de bergen vol mee bouwen.



We blijven steeds terug te gast bij dezelfde familie. Daar is intussen de dochter gastvrouw en werden er renovatiewerken uitgevoerd. De sierlijk beschilderde buitenkant is nu kraakwit en de houten balkons zijn vervangen door modern ijzerwerk. Niet echt onze smaak, maar ja : we zijn niet de enige toeristen. Binnenshuis is alles volgens de veiligheidsregels aangepast en uiteraard kan je nu ook de auto elektrisch opladen. De buitenkant verloor dus wat charme, maar binnen is de sfeer en de geur nog steeds die van vroeger. Ook de natuurstenen spekkachel heeft de renovatie overleefd. Herkenbare prikkels die onze zintuigen tot rust brengen. Daar dient vakantie toch voor. De Engelsen spreken van holy-days, heilige dagen.

Toon Hermans zong in een liedje over “Chambre Douze”, in de Franse auberge waar hij vele jaren kwam. Het liedje neemt je mee in de kamer met de gebarsten lampetkan, een spiegel met het weer in en vooral de oude twijfelaar met piepende pootjes. Op het einde horen we : “toen we later in New York in een suite sliepen, dachten we terug aan die twijfelaar. Toen hoorden we weer die pootjes piepen en we kropen dichterbij elkaar.”

Dus ja, het oude nestkastje hangt er toch nog, met een extra vloer in voor de veiligheid.

Het nieuwe leven zal spoedig weer uitvliegen. En misschien blijft de volgende generatie ook wel terugkomen. Tevreden gasten, die moet je verdienen. Elk jaar opnieuw.

Ik sta op uitkijk, de hond waakt mee.

Hartelijke groeten,

Claude, vrijwilliger pastorale werking.





Onze jarigen Dassonville Lea & Sandra Marie -Thérèse

Dit jaar zet Groote Broel twee bijzondere mensen in de bloemetjes: twee kersverse 100 jarigen! Een eeuw vol herinneringen, ervaringen en verhalen ligt achter hen. Hun levens zijn een bron van inspiratie voor ons allemaal.

MAART: Dassonville Lea 100 kaarsjes

APRIL: Sandra Marie-Thérèse 100 kaarsjes

Beiden wonen al geruime tijd in het gebouw. Jammer genoeg moest Marie-Thérèse net voor haar verjaardag naar het woonzorgcentrum verhuizen.

Met hun wijsheid, warme glimlach en rijke levenspad tonen ze dat ouder worden ook betekent: groeien in kracht, liefde en levenslust.

Proficiat met deze uitzonderlijke mijlpaal! We wensen jullie een prachtige dag, omringd door familie, vrienden en veel geluk.

Voor Lea bezorgden de bewoners al heel wat kaartjes en gelukwensen.

Wie dit ook voor Marie-Thérèse wil doen, mag zijn of haar kaartje in de brievenbus van de woonassistenten droppen voor 11/04. Eind april zullen we haar dit bezorgen.



Afvalberging en sorteerwijzer afval

De afvalberging van Residentie Groote Broel is open voor bewoners op volgende tijdstippen:

Voormiddag: 9.00 tot 11.30 **Namiddag: 14.00 tot 16.00**

Wie ervaart dat het sorteren niet eenvoudig is, kan steeds beroep doen op de collega's van Serviceplus. Vraag hiervoor gerust info aan de woonassistenten.

Hieronder geven we u nogmaals een “sorteerwijzer afval” mee. Op deze manier hopen we samen naar een betere afvalsortering te komen.

DE SORTEERREGELS voor PMD, GFT, bokalen, papier en karton en RESTafval

Verpakkingen van Plastiek, Metaal en Drankkartons (PMD):

Dit kan u kwijt in de PMD container, verpakkingen graag samengedrukt om ruimte te besparen, leeg gemaakt en uitgespoeld. **DE SORTEERWIJZER VOOR PMD** vindt u verder terug.

ALLE PLASTIEK DIE GEEN VERPAKKING IS, hoort NIET thuis in PMD en dient u zelf naar het containerpark te (laten)brengeen.

GFT (Groente- Fruit- en Tuinafval: GFT): de SORTEERWIJZER voor GFT vindt u verder terug in deze bundel.

Zoals we reeds hebben gecommuniceerd hoort **GF(t)/keukenafval** niet meer thuis bij het restafval sinds 1 januari 2026. Dit is een beslissing van de overheid en moeten ook wij in onze residenties volgen.

In het **GF(t)afvalbakje** verzamelt u voedselresten zoals verder in deze communicatie is voorzien. De sorteerwijzer hangt ook op het afvalbakje zelf.

Het afvalbakje moet worden geledigd in de daarvoor bestemde container in de afvalberging. Dit afvalbakje moet door u worden onderhouden, maar blijft eigendom van de residentie. Tips voor onderhoud komen ook verder in deze communicatie aan bod.

Lege en uitgespoelde **glazen bokalen**, zonder deksel, mogen in de daarvoor voorziene afvalfractie.

Gebroken glazen, spiegels, vlak glas,... **horen hier niet thuis** en dient u zelf naar het containerpark te (laten)brengeen.

Karton en papier wordt apart gesorteerd in de daarvoor geschikte container. Mogen wij verder ook vragen geen kartondozen mee te nemen die onze collega's van de logistiek klaarzetten. Zij hebben deze dozen nodig om het “papier en karton” van de residentie in te verzamelen.

Gewoon RESTafval kan in een dichtgeknoopt zakje in de restafvalcontainer. Gelieve zelf afvalzakjes te voorzien.

BELANGRIJK: grof huisvuil (verfpotten, tapijten, elektro,...) hoort NIET in de kelder. Dit dient u zelf naar het containerpark te (laten)brengeen.

Wij bieden op vandaag een gratis service afvalbehandeling aan voor het comfort van onze bewoners.

We zien er dan ook streng op toe dat de reglementering opgevolgd wordt:

- Met respect en voor de veiligheid van het personeel dat deze taak op zich neemt
- Met respect voor de werking van de afvalverwerkingsmachines die kunnen vast lopen door voorwerpen die niet geschikt zijn voor verwerking en waarvan de kostprijs voor herstel erg hoog is.

Er is **camera-toezicht** ingesteld in de garage.

Hieronder een opsomming van wat onder andere niet thuishoort in de berging:

- grof huisvuil/ kringloopgoederen
- textiel en tapijten
- batterijen/lampen/ spuitbussen van chemische stoffen / verfpotten
- (afgedankte) elektrische apparaten
- (afgedankte) meubels
- houtafval
- ...



Het niet naleven van de sorteeregels of het achterlaten van voorwerpen die bij het grof huisvuil horen, is sluijkstorten en is niet toegelaten. Indien onze dienst genoodzaakt is om dit op te ruimen, wordt dit als een betalende service beschouwd.



GF(t) afval:

Verzamel uw afval in uw groen containertje dat u van ons kreeg. Leg een krant onderaan om, na het ledigen uw containertje beter te kunnen schoonmaken.

U kan in warenhuizen ook bruine papieren zakjes hiervoor gebruiken →



gft

SORTEERWIJZER

WEL

Schillen en resten van fruit, groenten en aardappelen

Dierlijk en plantaardig keukenafval en etensresten

Broodresten

Koffiedik, papieren koffiefilter

Papier van keukenrol

Noten, pitten

Vlees- en visresten, schaaldierresten (uitgezonderd mosselschelpen, oesterschelpen ...)

Vaste zuivelproducten (kaasresten)

Eieren, eierschalen

Fijn tuin- en snoeiafval (bladeren, gras, onkruid, haagscheersel, versnipperd snoeihout ...)

Kamer- en tuinplanten

Schaafkrullen en zaagmeel van onbehandeld hout

Mest van kleine huisdieren (cavia, konijn)



NIET

Vloeistoffen (bv. soep, melk, koffie ...)

Sauzen, vet en oliën (uitgezonderd gerechten waar een klein aandeel saus in zit)

Theezakjes en koffiepads

Behandeld hout (met verf, vernis of impregneermiddel)

Beenderen en dierlijk (slacht)afval

Dierenkrengen

Schelpen van mosselen, oesters ...

Kattenbakvulling en vogelkooizand

Mest van grote huisdieren of in grote hoeveelheden

Stof uit de stofzuiger

Wegwerpluier en ander hygiëneafval

Aarde en zand

Kurk

Asresten en houtskool

Plastiek, glas, metalen

Grof ongesnipperd snoeihout, dikke takken



Meer halen uit de biologische kringloop

Hoe onderhoud ik het best het GF (t) containertje?

Enkele tips voor je GF(T) - container:

- Zorg dat de container erg regelmatig leeg gemaakt wordt.
- Leg eventueel een laagje krantenpapier onderaan de bak om hem na het ledigen beter te kunnen reinigen.
- Indien je papieren zakjes gebruikt: Doe de papieren zakjes niet te vol zodat je alles kan **afsluiten** of deels oprollen voor je ze in de GFT-container gooit.
- Laat vochtig GFT-afval eerst uitlekken of **drogen** alvorens je het in de container gooit.
- Insecten planten zich sneller voort in de warmte, je plaatst je container dus best in de **schaduw** of in een koele ruimte als dat mogelijk is.
- Maak de container regelmatig schoon met water en een scheutje **azijn of groene zeep**.
- Blijven er maden achter in de container? Overgiet ze met **warm water** en laat de container nadien goed drogen.
- Ook verse **lavendel** werkt tegen maden en de geur.



PMD:

DRANKKARTONS



is het een
VERPAKKING
PLASTIC METAAL DRANKKARTON
dan mag het
DE ZAK IN

PLASTIC VERPAKKINGEN



Flessen

Flacons

NIEUW



Schaaltjes, vlotjes en bakjes



Potjes en tubes



Folies en zakjes

METALEN VERPAKKINGEN



Drink- en conservenblikken



Spuitbussen
voor voedingsmiddelen of
cosmetica



Bakjes en schaaltes



Deksels



Doppen en
kroonkurken

Regels voor een goede recyclage



Flessen of andere verpakkingen goed leeggieten of -schrapen.




Duw plastic flessen plat, zet de dop erop.



Verwijder de plastic folie van schaaltes en gooi ze los van elkaar in de zak.

Wat mag NIET in de PMDcontainer:

WAT NIET IN DE NIEUWE BLAUWE ZAK MAG

-  Verpakkingen bestaande uit een mix van materialen (bv. een laag plastic folie en een laag aluminiumfolie) die niet van elkaar kunnen gescheiden worden, zoals sommige drankzakjes, zakjes fruitmoes of natte dierenvoeding...





-  Verpakkingen met kindveilige sluiting



-  Verpakkingen met minstens een van de volgende pictogrammen




-  Verpakkingen van motorolie, pesticiden, siliconenkits

-  Verpakkingen met een grotere inhoud dan 8 liter

-  Piepschuim



-  Andere voorwerpen die geen verpakking zijn



OPGELET!



Steek de verpakkingen niet in elkaar en stop ze niet samen in een dichtgeknoopte zak.



Niets vastmaken aan de buitenkant.

VALPREVENTIE



SCHOENEN

Draag veilige schoenen die de hiel omvatten



DUIZELIGHEID

Blijf even zitten bij rechtkomen uit bed



HULPMIDDEL

Gebruik het juiste hulpmiddel
Vraag advies aan kine of ergo



ZICHT

Laat regelmatig je zicht controleren
Draag een correcte, propere bril



MEDICATIE

Vraag aan je arts of alle medicatie noodzakelijk is



CALCIUM

Calcium en vitamine D zijn belangrijk voor sterke botten



VEILIGE OMGEVING

Vraag advies aan de ergotherapeut
Geen losse tapijtjes, goede verlichting, ...



BEWEEG

Zoveel als je kan, elke stap en elke beweging telt

H. HART BEWEEG ROUTE

Dinsdag
28 april
14u—15u30



START IN BUDA KITCHEN

Inschrijven via inschrijfstrook achteraan.



WELLNESSBAD VOOR SENIOREN

EVEN HEERLIJK ONTSPANNEN

Woont u nog thuis, maar lukt het niet meer om veilig een bad of douche te nemen? Met onze dienst gezinszorg kan u genieten van een rustgevend wellnessbad onder begeleiding van een verzorgende.

In onze aangepaste wellnessruimte (Budalys Dam 2B, Kortrijk) staan comfortabele baden en hulpmiddelen klaar. Onze verzorgende haalt u thuis op, begeleidt u tijdens het baden en zorgt ook voor nazorg zoals nagels knippen, insmeren met crème, baard scheren of haren kammen.

Geniet in alle rust van een warm bad met sfeerverlichting, aromatherapie en bubbels – een echt verwenmoment!

Kostprijs

- Huur bad
 - Bewoners: gratis
- Begeleiding
 - Gebruikersbijdrage gezinszorg per uur
 - Minimum 1 uur dienstverlening
 - Prijs afhankelijk van inkomen en zorgbehoefte

Voor meer info komen wij gerust vrijblijvend eens langs op huisbezoek!

Interesse?

☎ 056/321 120

✉ gezinszorg@h-hart.be





9 APRIL 15U00 - 16U00

OLIEBOLLEN VAN DE PAASFOOR

Gratis, met dank aan de foorkramers
Tearoom Groote Broel en BudaKitchen

*Verplicht inschrijven

AAN DEN TOOG



Gefascineerd door de levendige omgeving van volkscafés, trok fotograaf Jan Vanhulle eropuit. Op zoek naar warme ontmoetingen, gezellige interieurs en de stille schoonheid van het alledaagse.

Zijn fotoreeks dompelt je onder in een unieke sfeer. Van goedlachse cafébazinnen tot de trouwe stamgasten. Van de geur van verse soep tot het vrolijke getik van de kaartspelers. Het leven zoals het ècht is: Eerlijk, herkenbaar en vol hart.

In totaal zijn er zo'n 100 kleurrijke foto's te bewonderen. Elk met korte toelichtingen en een treffend detailbeeld. Een reeks XXL - foto's en kleinere portretten van mensen en plekken die je niet snel vergeet. Voor een sprankelend geheel, dat je meteen doet glimlachen.

Praktisch

Fotograaf Jan Vanhulle is aanwezig in Buda Gallery om zijn expo toe te lichten:

Woensdag 8 april om 14u30 aan de piano in de Budakitchen

Inleiding op de geëxposeerde werken

Gevolgd door een rondleiding met de fotograaf

De expo is verder dagelijks van 1/4 tot 3/5 te bewonderen in de Buda Gallery van
10u - 17u30

Toegang gratis

MEDITATIE

Kom tot rust in jezelf



Dienstencentrum
Groote Broel
flat 005

~~4 maart €9~~

1 april €9

6 mei €9

14u-15u30

Koffie/Thee en gebak

Op het einde van de sessie
krijg je een attentie

#056.32.13.90

**KIJK
EENS
ONDER
DE**
Schil
Tijd
GEKI? KOPZORGEN
BIJ 65-PLUSERS
BESPREEKBAAR MAKEN

VRIJWILLIGERS HOEDJE



AF





MET
BEWONERSKOOR!

WITTE DONDERDAGVIERING

DONDERDAG 2 APRIL - 10u30 - BUDAHALL



VAN BREIEN TOT SJOELEN: PLEZIER KENT GEEN LEEFTIJD!

Maandelijks op maandag om 14u30 in BUDAKITCHEN.

Er kan telkens gebreid of gekaart worden. We zorgen ook voor variatie in gezelschapsspelen en volksspelen, die maandelijks wisselen.



maandag
13/04

maandag
11/05

maandag
08/06

maandag
14/09

maandag
05/10

maandag
09/11

maandag
07/12

SCHOENENVERKOOP

VOOR MANNEN & VROUWEN

Draagcomfort en een oplossing voor voetproblemen: het gespecialiseerd team geeft graag advies!

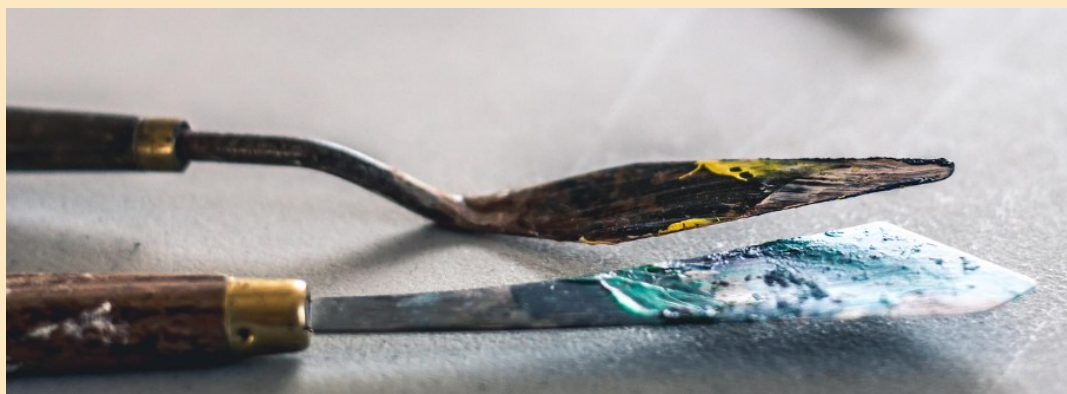


Tegemoetkoming van de mutualiteit is mogelijk mits voldaan wordt aan bepaalde voorwaarden. Onze specialist komt hiervoor langs op **woensdag 8 april in de voormiddag**.

DO
16 APRIL
VANAF 10u
NAAST HET
ONTHAAL H. HART

Inschrijven via het onthaal (056/321 000) voor woensdag 25 maart.
Meer info? Contacteer de Kiné/Ergo: 056/321 071.





**SCHILDEREN MET PALETMES SAMEN
MET DAMIENNE
BUDA LIVING BUDALYS 2 DE VERDIEP
22/04 OM 14U TOT 16U30**

Onder begeleiding leer je de techniek van het schilderen met paletmes.

Of je nu ervaren bent of je voor het eerste de uitdaging aangaat, deze workshop is geschikt voor iedereen.

Deze workshop bedraagt 5 euro incl. materiaal.

Inschrijven achteraan.

HIJ IS TERUG!



Een rit aanvragen om met de golfkar naar de maandagmarkt te gaan?

Contacteer tijdig het onthaal via 056/321 000!

**KIJK
EENS
ONDER
DE**
Schil

**Tu
GEK!?**

**KOPZORGEN
BIJ 65-PLUSSERS
BESPREEKBAAR MAKEN**

geluk zit
in kleine dingen

♥

*geluk
is genieten
van wat
er is*

♥

Fireplace mooi opkomend talent



Fireplace kwam langs in onze gebouwen.



Mardi gras vierden we samen met de bewoners van de Groote Broel.



Mardi gras vierden we samen met de bewoners van Budalys.



Mardi gras vierden we samen met de bewoners van de Grootte Broel.

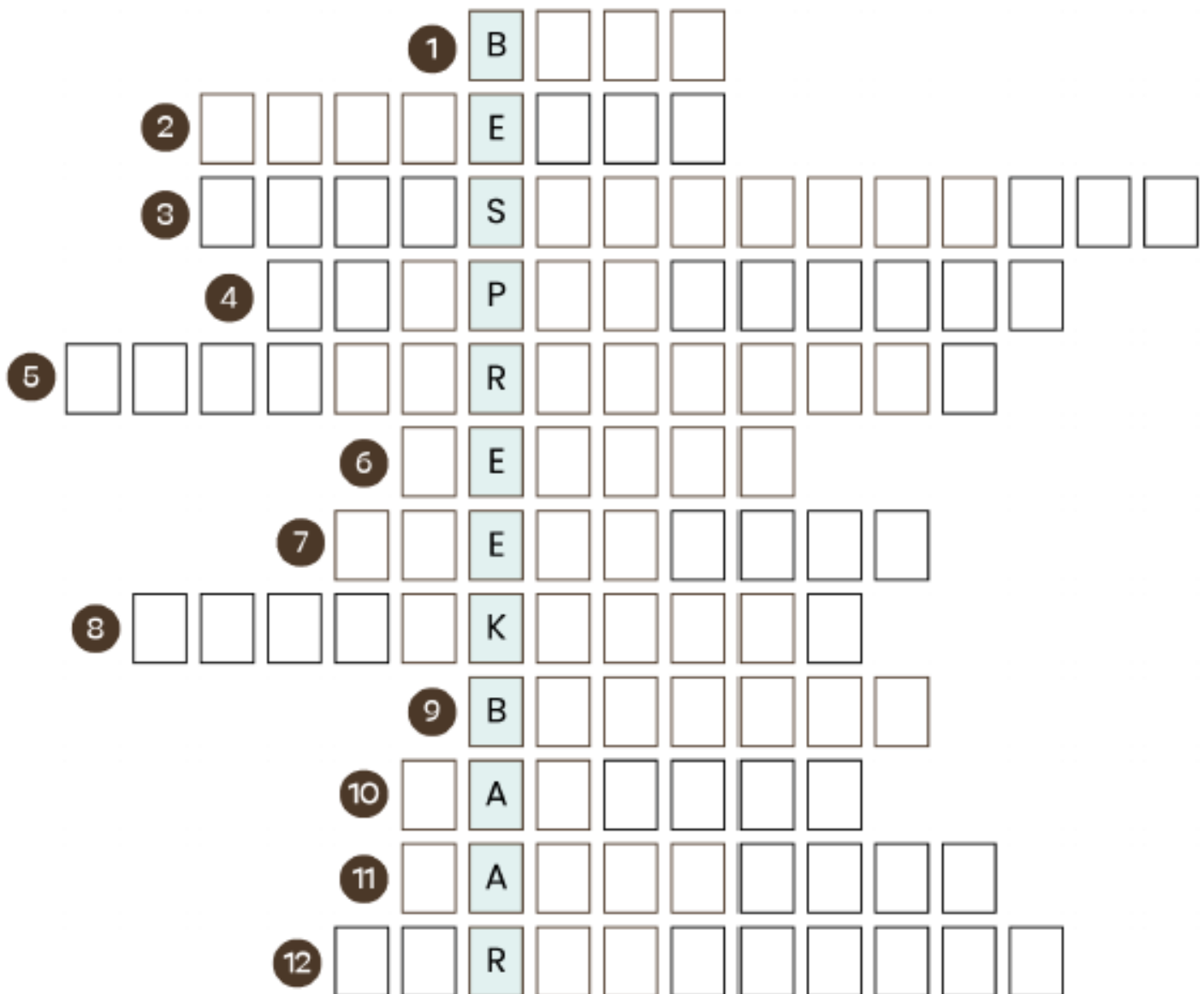


Mardi gras vierden we samen met de bewoners van Budalys.



















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 ik 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.



















	GROOTE BROEL MENU 1		MENU 2
 06/04	Schelvishaasje met bieslooksausje gestoofde prei Franse kruidenpuree	 06/04	Saltimbocca van kalkoen met penne 4 kazen en erwten
 07/04	Kippenballetjes in Luikse saus waldorfslaatje gebakken krieltjes	 07/04	Fish & chips met huisgemaakte tartaar komkommerschijfjes aardappelwedges
 08/04	Koude schotel met préparé en aardappelsalade	 08/04	Spaghetti bolognaise met emmentaler kaas
 09/04	Kalfssteak met Provençaalse saus kropsla & tomaat frietjes	 09/04	Kipfilet met Japanse roomsaus kropsla & tomaat frietjes
 10/04	Hamrolletjes met witloof en puree	 10/04	Witte pens met gestoofde bloemkool en puree
 11/04	Cordon bleu met gegratineerde broccoli gekookte aardappelen	 11/04	Kalkoenpavé "archiduc" met sperzieboontjes en gebakken krieltjes
 12/04	Parelhoenfilet met roomsaus warme tomaat gratin - dauphinois	 12/04	Entrecote met bearnaisesaus veldsla en aardappel in de schil



















	GROOTE BROEL MENU 1		MENU 2
 13/04	Chipolata met appelmoes en gekookte aardappelen	 13/04	Kabeljauwfilet met gestoofde prei en zoete aardappelpuree
 14/04	Pita van kip met kolensla, Tzatziki en aardappelwedges	 14/04	Gehaktballetjes met tomatensaus en broccolipuree
 15/04	Koude schotel met ham/asperges en aardappelsalade	 15/04	Kalfsworst met erwten & wortelen gekookte aardappelen
 16/04	Brusselse steak met pepersaus salademix en frietjes	 16/04	Vol au vent met geraspte wortelen en frietjes
 17/04	Heekfilet met nantuasaus groenteweelde en Franse kruidenpuree	 17/04	Macaroni met kaassaus en gerookte kalkoenreepjes
 18/04	Hongaarse goulash met zoete paprika basmatirijst	 18/04	Zuiderse kotelet met lentehutsepot
 19/04	Kalkoenborst met tuinkruidensaus, bladspinazie met room en aardappelblokjes	 19/04	Kortrijks beiaardgebraad met dijonaïsesaus, broccoli & erwt aardappelblokjes

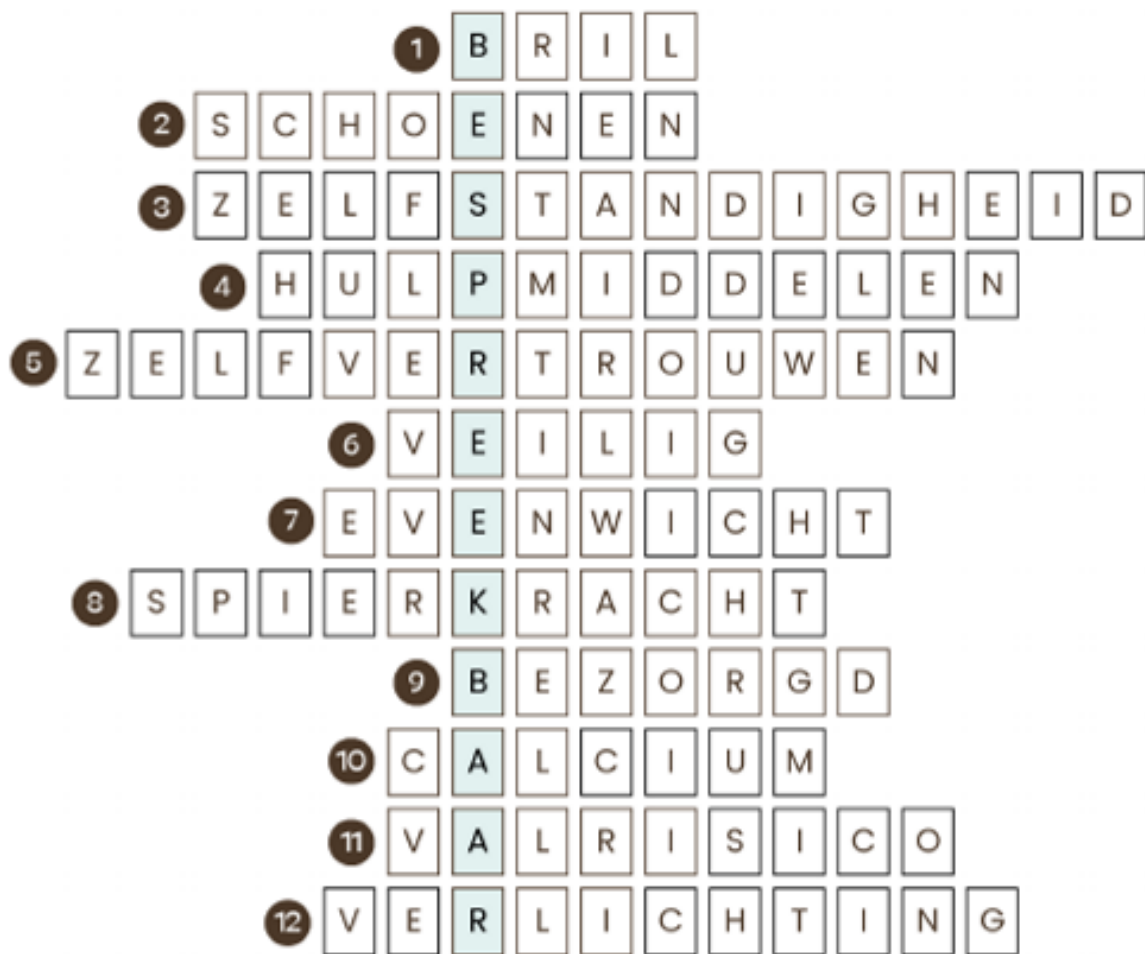


	GROOTE BROEL MENU 1		MENU 2
 20/04	Gentse waterzooi met groenterijst	 20/04	Vogelnestje met tomatensaus gestoofde boontjes puree
 21/04	Moussaka op wijze van de chef	 21/04	Gevogeltegyros met tomatenpartjes en basmatirijst
 22/04	Boerenbraadworst met koolrabi in bechamelsaus en gekookte aardappelen	 22/04	Oostends vispannetje met gestoofde prei en puree
 23/04	Konijn met pruimen appelmoes en kroketten	 23/04	Gebraad "prince orloff" met champignonroomsaus gestoofde duo wortelen
 24/04	Zalmfilet met kruidenkorst venkel/champignons citroenbotersaus en puree	 24/04	Ravioli 4 kazen met bladspinazie en ricotta
 25/04	Kalfsblanket met peterselie - aardappelen	 25/04	Chili con carne met zoete aardappel
 26/04	Kip aan 't spit "archiduc" kropsla & tomaat dennenappelkroketten	 26/04	Rundstong met champignons madeirasaus dennenappelkroketten



	MENU 1		GROOTE BROEL MENU 2
 27/04	Kabeljauwfilet met duglérésaus, bladspinazie met room en puree	 27/04	Kip ham / kaas met gestoofde wortelen en gekookte aardappelen
 28/04	Paëlla met kip, chorizo en merguez	 28/04	Lamsburger met gestoofde boterboontjes en aardappelblokjes met
 29/04	Gebakken kippenbil met currysaus ananas basmatirijst	 29/04	Huisbereide veggie lasagne
 30/04	Steak tartaar met jonge slamix en Vlaamse friet	 30/04	Rundsstoofvlees met appelmoes en Vlaamse friet
 01/05	Gebakken kabeljauw met vadouvansaus prei & beukzwam pomme duchesse	 01/05	Gebakken kabeljauw met vadouvansaus prei & beukzwam pomme duchesse
 02/05	Vol au vent met champignons tuinkers basmatirijst	 02/05	Toscaans broodje met tomatensalsa ovengegrilde groenten Krielaardappelen
 03/05	Varkenshaasje met stroganoff saus, gebakken witloof en rösti-aardappelen	 03/05	Coq au vin met kropsla & tomaat en rösti-aardappelen





DATUM	UUR	ACTIVITEIT	LOCATIE
01/04	14 15u30	Meditatie	Dienstencentrum Groote Broel flat 005
01/04 03/05	Door loopend	Fototentoonstelling	Budagalery
01/04	15u	Dwars door Vlaanderen op groot scherm	Greenwall
02/04	10u30	Witte Donderdagviering	Budahall
08/04	14u30	Korte bespreking van de fotograaf Jan Vanhulle en rondleiding	Aan de piano in Budakitchen
09/04	15u 16u	Oliebollen van de Paasfoor	Budakitchen
09/04	15u 16u	Oliebollen van de Paasfoor	Tea room Groote Broel
13/04	14u30	Kaart - spelletjes en brei namiddag	Budakitchen
15/04	14u30	Gezellig samen zijn	Budakitchen
16/04	Vanaf 10u	Schoenenverkoop Inschrijvingen via het onthaal	Onthaal
16/04	14u15 15u45	Musimove	Meetinglounge
20 -26/04		Week van de valpreventie	
22/04	14u 16u30	Aquarel schilderen met Damienne	Tussenliving Budalys verdiep 2
28/04	14u 15u30	Beweegroute	Budakitchen

- 01/03 (14u-15u30)
Meditatie
Dienstencentrum Groote Broel (flat 005)
- 08/04 (15u00)
Fotograaf Jan Vanhulle (rondleiding)
Green Wall Budakitchen
- 09/04 (15u00 - 16u00)
Oliebollen van de foer
Tearoom Groote Broel / Budakitchen
- 22/04 (14u00 - 16u30)
Aquarel schilderen met Damienne
Budaliving
- 28/04 (14u30)
Beweegroute
Budakitchen

Naam:

Appartementnr.: in Groote Broel/Budalys

(schrappen wat niet past)

schrijft/schrijven zich in met1/2 person(en)



Jij in herinnering

Jouw levensverhaal

Vol glans en schittering

Zo vredig achtergebleven

Jouw levensverhaal

Zo diep en uniek gegrift

Om te koesteren in 't dagelijks leven

Jouw levensverhaal

Vol glans en schittering



**Rouwen is oefenen het leven te leven zonder personen die dicht bij je stonden.
Veel sterkte aan vrienden en familie.**



Signaal is een uitgave van Zorggroep H. Hart

Verantwoordelijke uitgever:

W. Baeckelandt

Afgevaardigd bestuurder

Vragen of bemerkingen:

056/321 000

receptie@h-hart.be

