cirkrant

occirkant
KLEURT ZORG

JUNI | N° 14 | 2021

DIT IS MIJN DIENST:
PR & COMMUNICATIE

DOSSIER:
JE BENT WAT JE EET

Volg ons op
Facebook en LinkedIn

THEMA | HET GROTE VERLANGEN

OC CIRKANT KLEURT ZORG!

Orthoagogisch Centrum Cirkant biedt woon- en dagondersteuning aan zo'n 135-tal volwassenen - zowel mannen als vrouwen - met een verstandelijke, al of niet meervoudige, beperking en volwassenen met een niet-aangeboren hersenletsel.

We bieden een warme thuis, kwalitatieve zorg & een individueel aangepaste dagbesteding aan de cliënten.

We vertrekken steeds vanuit de eigenheid en noden van elke cliënt en brengen zo kleur in elke dag.

Interesse in onze voorziening? Wil je weten hoe wij het aanpakken of hoe je ons kunt steunen? Neem gerust contact op!

>> www.occirkant.be
>>www.facebook.com/occirkant

Colofon

Cirkrant is een uitgave van OC Cirkant die behoort tot de VZW Organisatie Broeders van Liefde.

Cirkrant verschijnt driemaal per jaar. Wilt u een abonnement, neem dan contact op met het redactiesecretariaat.

Redactieraad
Bart Vanderpoele
Hanne Colpaert,
Annelies Crul,
Stefanie De Clercq,
Stephanie De Min,
Joachim Jonckheere,
Audry Sanders,
Kristien Strubbe,
Ria Vanhoorne,
Catherine Windels

Hoofdredacteur en verantwoordelijke uitgever

Ria Vanhoorne
Aartrijksestraat 77,
8211 Aartrijke

Redactiesecretariaat
Onthaal OC Cirkant
Tel. 050 20 90 32
info@cirkant.broeders-vanliefde.be

Vormgeving
Dienst Communicatie PLUS+ Broeders van Liefde
Dienst Communicatie OC Cirkant

Druk
Drukkerij Lowyck

www.occirkant.be

04 | COVERVERHAAL | Genieten

06 | UITGEDIEPT | Het grote verlangen

10 | DOSSIER | Je bent wat je eet

17 | COLUMNS |
Dikke merci - VER-LANG-EN

18 | DIT IS MIJN DIENST | PR & communicatie

20 | MIJN GEDACHT |
Wat is het vreemdste voorwerp bij jou thuis?

24 | INSPIRATIE | Vier de vandaagdag

28 | WIE ZIJN WIJ? | Lut en haar moestuin

En ook...

08 | WIST-JE-DATJES
13 | KLEURRIJKE MOMENTEN
22 | BEDANKT
26 | RONDOM ONS
27 | CONTACT

COVERVERHAAL

Langzamerhand krijgt iedereen weer wat meer vrijheden. De greep van corona wordt wat losser. Tijd ook voor de bewoners en begeleiders om op kousenvoeten weer de wereld buiten de muren van Cirkant te gaan ontdekken.

Leefgroep Morgendauw en Boterbloem kozen alvast voor een leuk dagje aan zee. Blankenberge werd hun uitvalspunt om te genieten van al het leuks dat de kust te bieden heeft.

De kers op de taart was toch wel de trip met de watertaxi. Genieten van de gezonde zeelucht doe je uiteraard het best op zee.

Nico & Lien genieten dan ook zichtbaar van hun avontuur op het water.

UITGEDIEPT

HET GROTE VERLANGEN

De meesten onder ons zijn de lagere en secundaire school al lang ontgroeid… en toch… het voorbije jaar is onze taalvaardigheid er een heel stuk op vooruit gegaan. Onze woordenschat is explosief gegroeid. We zijn allen "kraks" geworden in het aanleren van nieuwe woorden… en handelingen die ermee samengaan…

Geef toe, we hebben, na meer dan een jaar zonder geknuffel, een grote "huidhonger" gekweekt en zijn daardoor allemaal heel bedreven in het "raamzwaaien" bij onze "raamdez- vous".

Als we ons "coronabuikje" willen vullen en ons naar de winkel begeven, worden we soms belaagd door "aanhoestende" medeklanten (= mensen die in onze richting hoesten). Maar soms gaan we zelf in de fout en hebben we last van "afstands- of hoestschaamte" (= als we even de 1.5 meter afstand van onze medemens over het hoofd hebben gezien of per ongeluk gehoest hebben ☺).

Misschien kies je ervoor om zelf niet in de potten te roeren, maar naar de "takeaway" te gaan. Dan kan je maar hopen dat je niet te lang in de "afhaalfile" hoeft te staan. Als dat wel het geval is, dan kan je maar beter even "onthamsteren" (= houdbare levensmiddelen die je voorheen al hamsterend in huis hebt gehaald, in een maaltijd verwerken) en "e-peritieven"(= het aperitief nuttigen met anderen met wie je virtueel in contact staat via apps als Skype, WhatsApp of Zoom) in je "gezinsbubbel".

Ja, we zijn allemaal getroffen geweest door de "jojolockdown" waar ook alle kappers met tussenpozen gesloten waren… o wee al die kapsels waar "haarakiri" is op gepleegd en die nu hoogstnodig aan renovatie toe zijn.

Gezinnen met kinderen hadden het de voorbije maanden ook niet onder de markt. Het "aanloopleren" (= tijdens een lockdown via digitale hulpmiddelen nieuwe leerstof doornemen die later in de klas herhaald zal worden) van hun kroost, vergde veel energie. En als die kindertjes toch naar school mochten , dan mochten ze vooral NIET op de "stickerstoelen" plaatsnemen. Daarenboven werden de traditionele verjaardagsfeestjes omgetoverd tot "stoepverjaardagen" met eventueel een "balkonnade" (liedje gezongen van op het balkon) of een "balkonquiz".

Het verlangen is groot, heel groot… het is nog nooit zo groot geweest!

We willen de "mondkapjes" graag vaarwel zeggen. Maar laten we er vooral geen "zwerfkapjes" van maken!

Hopelijk kunnen we die "zeepzuilen" aan de ingangen van winkels en openbare gebouwen heel snel opbergen, want de periode van "wraakwinkelen" (het onbesuisd winkelen na een lockdown periode) is aangebroken.

We laten de "wachtstippen" op de voetpaden graag vervagen door wind en regen, meer nog, liever verbleken door de warme zon.

We laten alle "toogvirologen" voor wat ze waard zijn en vervangen onze "virusbuddy" door heel veel warme ontmoetingen met onze familie en vrienden.

… En we verlangen niet in het minst om al die "voet-", "elleboog-" en "knikgroeten" te vervangen door die gemeende dikke knuffel en die stevige handdruk!

We verlangen naar de komende zomermaanden!

>> Ria Vanhoorne, directeur

WIST JE DAT...

94%

... DIT HET PERCENTAGE VAN ALGEMENE TEVREDENHEID BIJ DE MEDEWERKERS VAN CIRKANT IS?

Begin dit jaar werd er bij de medewerkers van Cirkant een onafhankelijke en anonieme tevredenheidsmeting afgenomen door BING. Uiteraard zijn er ook bij Cirkant een aantal werkpunten komen bovendrijven die we willen aanpakken, maar met een cijfer van 94% algemene tevredenheid zijn we natuurlijk uitermate trots en gelukkig.

Ook de cijfers omtrent de motivatie van de medewerkers zijn top. Een toch wel belangrijk punt, want gemotiveerde collega's zijn ook betrokken collega's. En die geven hier elke dag het beste van zichzelf voor de bewoners en deelnemers.

We zijn dan ook bijzonder fier op deze mooie cijfers, maar vooral ook op de inzet van de medewerkers.

... DE WINNAARS VAN BINNEN & BUITEN GEKEND ZIJN?

Heel wat deelnameformulieren vonden hun weg terug naar Cirkant. We konden dit jaar maar liefst 25 winnaars gelukkig maken. Alle winnaars werden op de hoogte gebracht, maar je vindt ze ook terug op de website. We willen iedereen van harte bedanken om deel te nemen en hopen jullie volgend jaar opnieuw live te kunnen verwelkomen.

... EMMA SOENENS MOMENTEEL HET AANSPREEKPUNT IS VOOR DE SOCIALE DIENST VAN ALLE LEEFGROEPEN?

Shana Vandaele, de maatschappelijk werker van Huis 1 & 2 en voor leefgroep 't Weiland, werd in mei opnieuw mama van een prachtige dochter. Tijdens haar zwangerschapsverlof zal Emma, die al sedert september vorig jaar op de sociale dienst actief is, alle leefgroepen onder haar hoede nemen.

>> Vragen voor Emma?
050 20 90 32 of emma.soenens@cirkant.broedersvanliefde.be

... ONZE ALPACA'S EEN EXTRA GRAASPLEK HEBBEN GEKREGEN?

Niquita, Carolina & Zuly hebben natuurlijk een prachtig stukje groen in het belevingsbos, maar dat vonden de dames niet langer genoeg. Ze wilden ook wel eens op een ander plekje gaan grazen. Het gras is immers altijd groener aan de overkant ☺.

Daarom werd er bij het kippenpaleis een prachtig stukje gras afgezet voor onze drie meiden. Op regelmatige tijdstippen kun je ze dus in hun nieuw buitenverblijf vinden.

Leuk ook voor de bewoners van Huis 3, want vanuit hun kamers kunnen ze nu genieten van het zicht op de drie grazende alpaca's.

... CIRKANT GROEN KLEURT VAN MEI TOT SEPTEMBER?

Zo'n 50 collega's gaan de 'Samen Groen Kleuren'-challenge aan en komen tussen mei en september zo duurzaam mogelijk naar Cirkant. We zorgen uiteraard dat ze gemotiveerd blijven met hier en daar een fijne verrassing.

Met de fiets, te voet, met de step, carpoolend, op skeelers ... alle opties zijn goed, zolang ze maar duurzaam zijn. Zo willen we ook ons steentje bijdragen tot een groenere wereld.

HUIS 4 IN SEPTEMBER DE DEUREN OPENT?

Na zo'n 2,5 jaar bouwen, openen we in september de deuren van Huis 4. De bewoners en begeleiders kijken er uiteraard heel hard naar uit. Maar we weten ook dat de vele sympathisanten van Cirkant benieuwd zijn naar het nieuwe Huis 4. Daarom plannen we een algemeen kijkmoment op zaterdag 18 september van 15u tot 17u. Stip het alvast aan in je agenda. Meer info volgt spoedig.

DOSSIER

JE BENT WAT JE EET

DE BOUWSTENEN VOOR EEN GEZOND LICHAAM

Van 19 tot 25 april 2021 organiseerde Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen de Week van de Valpreventie. Ook in Cirkant hebben wij gedurende die week even stil gestaan rond het thema. Naast het belang van bewegen, zorgen voor degelijk schoeisel en de aandacht voor de omgeving, kwam ook de rol van gezonde voeding aan bod. Vooral de correcte inname van eiwitten, calcium en vitamine D. Want deze zijn belangrijk om je spieren en beenderen sterk te houden. Een korte samenvatting voor jou.

Vitamine D

Vitamine D is een vetoplosbare vitamine dat het lichaam zelf kan aanmaken onder invloed van zonlicht. Vitamine D wordt ook, zij het in veel mindere mate, aangebracht via de voeding. Vitamine D is echter nodig om je weerstand te ondersteunen en voor het behoud van sterke botten, soepele spieren en een sterk gebit. Belangrijk genoeg om er toch even bij stil te staan, nietwaar?

Voor volwassen wordt zo'n 10 µg per dag aanbevolen, maar vanaf de leeftijd van 70 wordt die aanbevolen hoeveelheid verdubbeld.

Wil je jouw vitamine D opkrikken? Dan raden we je aan om te grijpen naar vette vis zoals zalm en makreel. Boter, room, kaas, lever en eigeel bevatten van nature ook vitamine D. Daarnaast zijn er ook heel wat voedingsmiddelen verrijkt met vitamine D. Denk maar aan margarines, bak- en braadproducten, ontbijtgranen, zuivelproducten en vruchtensappen.

Calcium

Calcium is een mineraal dat een cruciale rol speelt in de groei, het onderhoud en het functioneren van het lichaam. Voldoende calcium in voeding is cruciaal voor de ontwikkeling en het onderhoud van gezonde botten, en dit vanaf de kindertijd tot op hoge leeftijd. En daar stopt het niet. Wist je bijvoorbeeld dat calcium ook noodzakelijk is voor de prikkeloverdracht tussen zenuwen, de stolling van het bloed en de aanmaak van weefsel? Daarnaast ondersteunt het ook de spijsvertering en helpt het energie vrij te maken uit je voeding. Opnieuw een belangrijk element in onze dagdagelijkse voeding dus.

Helaas blijkt uit cijfers dat zo'n 78% van de Belgen tussen 3 en 64 jaar de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid calcium (volwassenen 950 mg per dag) niet haalt. Tijd voor actie dus? Melk, yoghurt en kaas zijn uiteraard de meest gekende bronnen van calcium. Maar ook groenten kunnen een belangrijke bron van calcium zijn. Vooral waterkers, Chinese kool en broccoli zijn echte calciumbommetjes.

Eiwitten

Eiwitten zijn essentiële bouwstoffen en onderhoudsmaterialen voor het lichaam. Niet alleen de hoeveelheid, maar ook de kwaliteit van de eiwitten is van groot belang voor een goede gezondheid.

Eiwitten komen voor in elke cel van het lichaam. Het lichaam bestaat voor meer dan 18% uit eiwitten, vooral in de skeletspieren, maar ook in de huid, het bloed en de viscerale organen.

Het is dan ook een belangrijke bouwsteen voor het aanmaken van bloedcellen, enzymen en hormonen. Verder zorgen eiwitten ook voor het onderhoud en het herstel van je lichaamsweefsel. Niet verwonderlijk dus, dat de aanbevolen hoeveelheid eiwitten dus zo'n 10% van onze dagelijkse totale energie-inname moet bedragen. Iedere volwassene zou dagelijks zo'n 50 à 80 gram eiwitten moeten binnen krijgen.

En neen, je hoeft nu niet meteen massaal eieren te beginnen eten. Ook via vlees, vis en melkproducten krijg je eiwitten binnen. Daarenboven vind je eiwitten ook in volkoren brood, havervlokken, rijst, pasta en quinoa. Noten en peulvruchten zijn ook een aantrekkelijke bron van eiwitten.

En nu aan de slag

Nu je weet hoe belangrijk deze bouwstenen zijn voor je lichaam, wil je uiteraard meteen aan de slag gaan. Diëtiste Eline Caen heeft dan ook meteen drie recepten uitgewerkt waar deze bouwstenen optimaal aan bod komen. Hiernaast vind je er al eentje. De andere kun je opzoeken op www.occirkant.be/recept.

>>www.occirkant.be/recept

RECEPT | WATERKERSSOEP MET BLAUWE KAAS

BENODIGHEDEN

- 125 g blauwe kaas
- 2 uien
- 1 à 2 stuks prei
- 2 stengels witte selder
- 2 bussels waterkers
- Groentebouillon
- Olijfolie
- Paprikapoeder (1 koffielepel), tijm (1 koffielepel), peper en zout (eventueel nootmuskaat)

BEREIDING

- Stoof de fijngesnipperde ui al roerend 1 minuut in 2 eetlepels olijfolie.
- Voeg prei, selder, paprikapoeder, tijm en 800 ml groentebouillon toe. Laat gaar koken.
- Voeg de laatste 5 minuten de grofgesneden, gewassen waterkers toe en laat meekoken.
- Zet de pot van het vuur, voeg de helft van de kaas toe en mix glad.
- Serveer de soep en bestrooi ze met brokjes blauwe kaas en enkele waterkersblaadjes.

KLEURRIJKE MOMENTEN

Lenteontbijt

<< 08 JUNI 2021

BAD-FESTIVAL BUBBEL EDITIE

Al ettelijke jaren genieten de bewoners van Cirkant van het LIONS BAD-festival, een spetterend festival voor personen met een beperking en hun begeleiders. Maar dit jaar werd het toch een speciale editie.

Bij Cirkant werden de Kom en de Kapel omgetoverd tot festivalweides. Alle leefgroepen konden, in hun veilige bubbel, genieten van live-optredens van Jan De Smet & Christoff. Maar ook van dansoptredens van Tister & Leen en een DJ-set van DJ Jack Amai M'n Klak. De ambiance zat dan ook volledig snor. Nog iets lekkers om van te smullen en de dag kon alvast niet meer stuk.

Een dikke merci aan de Lions Club Torhout om dit mogelijk te maken voor Cirkant!

>> Audry Sanders, PR & communicatie

<< 29 APRIL 2021

Gewoon leuk ...

COLUMN

DIKKE MERCI

We zijn jullie zo dankbaar !!

Het zijn zeker geen gemakkelijke tijden geweest voor iedereen.

Onze meest kwetsbare kinderen moesten het dagcentrum verlaten. We probeerden ook thuis het coronavirus buiten te houden .

Voor de voorziening waren het zware tijden. Dat was erg lastig voor de gasten want ze misten hun vertrouwde plekje , de babbel, de uitstapjes en de activiteiten.

Toen kwam de vaccinatie op gang. Dankzij de directie werden ook de deelnemers van het dagcentrum in februari gevaccineerd.

Nu zijn de voorzorgsmaatregels nog steeds erg van belang.

De gasten komen terug naar het dagcentrum. We herleven terug met z'n allen .

Never give up the good work !!

Dank je wel iedereen .

>> Marleen Akkermans, voorzitter Familieraad Horizon

COLUMN

VER-LANG-EN

Hoe schrijf je een verhaal rond ver-lang-en?

Het deel 'ver' hebben we het laatste jaar al dikwijls vernoemd of vermeld.

'Ver' voor ons uitkijken naar terug een normaler leven waar we kunnen 'verlangen' naar vrijheid voor iedereen. Nu we wat meer mogen, zien we 'verlangend' uit naar de eerste fysieke bijeenkomst na een jaar met de leden van de Familieraad. Eindelijk met iedereen terug een babbeltje slaan, ervaringen uitwisselen over dat 'ver'domde voorbije jaar.

Activiteiten waren er niet en als we elkaar in juni zullen terug zien, ben ik er zeker van dat iedereen 'verlangt' naar de oliebollenbak, naar de koekjesverkoop, naar het kerstgebeuren, naar de opening en het gebruik van de nieuwbouw, naar...

Iedereen in de voorziening 'her'ademt. Net zoals de cliënten die toch ook 'verlangend' uitzien naar een normale werking voor iedereen.

Kom je toch in de voorziening, dan merk je dat zij er alles aan doen om de inkom, gangen, ruimtes mooi op te frissen en ervoor te zorgen dat de cliënten het naar hun zin hebben.

We nodigen jullie zeker nog uit voor een algemene vergadering als het weer mag.

Mag ik nog eens een oproep doen om spreuken of gezegden door te geven zodat we bij de opening van de nieuwbouw en ook bij de wijzigingen in de leefgroepen, iedereen een hart onder de riem kunnen steken? Een beetje aanmoediging of een fijne dankjewel, kan veel betekenen op een moeilijk moment.

In naam van alle leden van de Familieraad wensen we jullie een zomer toe waar we niet alleen met onze bubbel samen kunnen genieten, maar ook met iedereen die ons dierbaar is.

Groetjes,

Hilde

>> Hilde Deconinck, Voorzitter Familieraad

OVER DEZE DIENST

- **HOEVEEL** | Audry houdt 'de dienst' PR en communicatie alleen draaiende. Gelukkig kan ze rekenen op heel wat hulp van collega's. Vooral de dames van administratie en onthaal zorgen voor de nodige ondersteuning.
- **LEUKSTE PLEKJE IN CIRKANT** | De tafeltjes aan Huis 3. Even genieten van het zonnetje over de middag zorgt ervoor dat je energiepeil weer helemaal piekt.
- **BELANGRIJK IN DE JOB** | Zin voor initiatief. Goesting om nieuwe projecten op poten te zetten en vooruit willen.
- **LEUKSTE DEEL VAN DE JOB** | De diversiteit. Geen dag ziet er hetzelfde uit. Er komt altijd wel iets nieuws uit de lucht vallen.
- **LEUK WEETJE** | Wist je dat we in 2021 al meer dan 114 berichten hebben geplaatst op Facebook? Dat is gemiddeld zo'n 20 berichten per maand.

RUBRIEK

DIT IS MIJN DIENST ...
PR & COMMUNICATIE

Inmiddels 3,5 jaar geleden is Audry Sanders gestart in OC Cirkant. Toen de Persoonsvolgende Financiering (PVF) een feit werd, bleek het hoog tijd voor Cirkant om meer te gaan inzetten op PR en communicatie. Het doel: OC Cirkant op de kaart zetten bij potentiële cliënten, bij potentiële medewerkers en bij schenkers. Ondertussen kunnen we stellen dat OC Cirkant op heel wat vlakken een evolutie heeft doorgemaakt en daar zit ook Audry voor iets tussen. Een gesprek.

Hoe ziet jouw dag er uit bij Cirkant?

"Mijn dagen zijn heel divers en dat maakt mijn job net zo boeiend. Het gaat van het onderhoud van de website en onze facebook-pagina, tot het organiseren van evenementen en het opzetten van projecten. Maar ook fondsenwerving, persberichten schrijven, promomateriaal ontwerpen... Het lijstje is eindeloos. Daarnaast ben ik ook vrijwilligerscoördinator. Dus ik mag ook af en toe onze vrijwilligers in de watten leggen ☺."

Zijn er misvattingen over je job?

"Je weet maar wat het is als je het zelf eens doet. Ik denk dus dat er over iedere job wel misvattingen zijn. Bij mij is dat niet anders. Zo zien mensen de zaken die naar buiten komen, maar weten daarom niet altijd wat er vooraf aan gegaan is. Zo heb ik een projectteam opgezet rond zorgmarketing, waarbij we op zoek gaan naar de juiste strategische beslissingen in communicatie voor Cirkant. Deze worden dan uitgewerkt in actiepunten. Die actiepunten zijn meestal hetgeen dat iedereen ziet, maar het proces vooraf, daar staan er weinigen bij stil."

Zijn er zaken waar je trots op bent?

"Absoluut. Heel wat zelfs. Zo zijn onze facebook-volgers in de afgelopen 3 jaar meer dan verdubbeld. Dat is uiteraard ook dankzij de inspanningen van de vele collega's die mooie foto's nemen. Maar ik heb het idee dat we met Cirkant sowieso heel wat opener en moderner zijn geworden in zijn communicatie.

Ik ben ook heel blij dat ik Trooper introduceerde in Cirkant. We hebben daarmee ondertussen zo'n 1600 euro binnen gebracht, zonder dat we daar echt veel moeite hebben moeten voor doen. Gewoon iedereen aanmoedigen om online te shoppen bij de juiste websites. Daarmee hebben we bijvoorbeeld de muziekinstrumenten in het belevingsbos kunnen kopen. Gewoon door online te shoppen. Dat is toch twee keer winnen ☺.

En tot slot, ben ik bijzonder enthousiast over ons Buurtbar-project. Ook al heeft corona al serieus wat roet in het eten gegooid, we kunnen in september eindelijk van start gaan en dit project zal naast een mooi maatschappelijk doel, OC Cirkant op een andere manier in beeld brengen. En dat is nu net waarvoor ik er ben ☺. "

MIJN GEDACHT

WAT IS HET VREEMDSTE VOORWERP DAT JE IN HUIS HEBT?

Wij stellen telkens aan vier mensen een belangrijke vraag die ons bezig houdt. Benieuwd wat zij er over te zeggen hebben? Lees hier het antwoord op de vraag van Daniel, Nina, Kimberly & Henk.

Vroeger was ik altijd zot van allerlei haarspelden en originele dingen voor in het haar. Maar mensen veranderen nu eenmaal en dat is maar goed ook hé.

Nu ik kort haar heb, heb ik de haarspelden totaal niet meer nodig, maar dit wist ik natuurlijk vroeger niet.

Nu gebruik ik de haarspeldjes en allerlei andere zaken voor de opleiding die ik volg als kapster. Zo zie je maar dat alles kan hergebruikt worden.

>> Kimberly, Robbedoes

Het "vreemdste" voorwerp dat ik heb staan, is een Russiche Matroesjka: een holle, houten pop, waarin steeds kleinere poppen zitten. Een typisch souvenier uit de Russische cultuur.

>> Nina, keuken

Moeilijke vraag deze keer. Daar kon ik echt niet direct een antwoord op geven. Tot plots, deze week, een Nederlandse koerier aanbelde om een pakket af te geven, en zei tegen mijn vrouw: “Dit is nou een mooi plaatje dat aan jouw huisgevel hangt, OPA’S STRAATJE."

En inderdaad, wie kan er zeggen dat hij een eigen straatnaam heeft ?

Waar wij tot een paar jaar terug woonden, hadden wij achter de woning en naast het atelier, een grote oprijlaan en oppervlakte die geasfalteerd was. Onze kleinkinderen konden daar hun energie kwijt al fietsend, skeelerend en ravottend. Bij momenten zeiden we dikwijls: “Ga maar spelen op opa’s straatje ."

Enkele jaren terug, kregen mijn vrouw en ik naar aanleiding van één of andere gelegenheid als cadeau het heel mooie straatnaambord 'Opa’s straatje, bij de leukste opa en oma!' Dit bordje kreeg onmiddellijk een plaatsje aan de gevel van het atelier. Daar werd dikwijls een mooie opmerking op gegeven.

Het bordje is natuurlijk mee verhuisd naar onze nieuw woning en heeft terug zijn plaats gekregen aan de gevel naast de oprit.

Dus wanneer het zelfs een Nederlander opvalt, kunnen we hier toch spreken van een niet-alledaags voorwerp, nietwaar? In elk geval, voor ons als oma en opa, is dit heel uniek en heeft het veel betekenis.

>> Daniel, vrijwilliger

Wist je dat ik een kleurenradio heb? Dat is een grote radio die muziek maakt en er zitten speciale lampjes in die veranderen van kleur. Ik mag die radio dan luid zetten. Ik kan hem ook zelf aan en uit doen, want hij heeft drukknoppen. Mijn kleurenradio is grijs en de lampjes gaan aan en uit op het ritme van de muziek. De begeleiders van de nacht doen mijn radio uit als ik ga slapen. En ’s ochtends als ik wakker word, steekt de begeleider mijn radio terug aan.

>> Henk, bewoner leefgroep Lentezon

BEDANKT x 1000

Knuffels

We kregen bezoek van Pieter Tibergijn van KBC Zedelgem. Hij kwam een lading superzachte knuffelbeertjes schenken. Een actie van #KBCVindr. De beertjes komen zeker en vast in een warm nest terecht.

Een dikke dankjewel!

Spelmateriaal

VTI Torhout, afdeling houtbewerking, heeft voor Cirkant supermooi spelmateriaal gemaakt. Wij hebben het ruwe materiaal aangekocht, maar de VTI'ers hebben er daadwerkelijk spelmatriaal van gemaakt. Enkele bewoners kregen de eer om dit nieuwe materiaal uit te testen. De leerlingen van het VTI konden met eigen ogen zien hoe onze bewoners van het nieuwe materiaal genoten.

BADfestival

Dankzij de Lions Club Torhout konden de bewoners van Cirkant genieten van een superfijn online BADfestival. Van harte bedankt.

STEUN ONS

KOM VRIJWILLIGEN!

Ons steunen kan op heel wat verschillende manieren. Zo kun je gerust iets storten, maar je kunt ook de handen uit de mouwen steken om ons een duwtje in de rug te geven. Onze 35 vrijwilligers worden dan ook op handen gedragen en regelmatig in de watten gelegd.

De vrijwilligerswerking in Cirkant staat al eventjes op een laag pitje. Niet omdat onze enthousiaste vrijwilligers niet staan te poppelen om terug aan de slag te gaan, maar omdat we nog wat voorzichtig zijn als het gaat om de veiligheid van bewoners én vrijwilligers. We hopen er vanaf september weer volop voor te kunnen gaan.

Deze foto dateert van voor de corona-pandemie

Heb jij soms nog wat tijd en goesting om te komen vrijwilligen? We zijn altijd op zoek naar enthousiaste helpende handen.

HOE GAAT HET IN ZIJN WERK?

We gaan ook steeds op zoek naar de juiste vrijwilligersjob voor jou. Wil je in de tuin werken? Liever wandelen of fietsen met een bewoner? Of een handje helpen in de keuken? Er zijn tal van mogelijkheden.

Twijfel je nog, kom gerust eens langs voor een vrijblijvend gesprek bij Audry, onze vrijwilligerscoördinator. Zij kan je al een idee geven van alle mogelijkheden.

>> www.occirkant.be/vrijwilliger
>> 050 20 90 32 | audry.sanders@cirkant.broedersvanliefde.be

HOE STEUN JE OC CIRKANT?

Wij hebben tal van projecten voor bewoners waar we werk van willen maken, maar volop voor aan het sparen zijn. Denk maar aan rust- en ontmoetingsplaatsen, hef- en tilmateriaal, speeltuigen.... Wil je ons steunen met een gift, dan kan dit op twee manieren:

ZONDER FISCAAL ATTEST
U kunt terecht op het rekeningnummer van onze voorziening: KBC BE91 4725 0577 7176.

MET FISCAAL ATTEST
Wenst u een fiscaal attest (vanaf €40), dan kan u ons steunen door te storten op volgend rekeningnummer (vzw Projecten BVL): KBC BE30 4400 3400 2111 (KREDBEBB). In de mededeling dient u uitdrukkelijk te vermelden: “Gift OC Cirkant + projectnummer”.

>> meerinfo: ww.occirkant.be/steunons

INSPIRATIE

Vier de vandaagdag

De strandzetel op de cover van het boek[1] trok meteen mijn aandacht. Tijdens een routineonderzoek bij de huisdokter stond deze vooraan op haar boekenplank. Misschien zat het slechte weer er wel voor iets tussen, maar mijn blik viel er dus meteen op. De foto deed me verlangen naar zalig zonnig weer en vakantie. Mijn nieuwsgierigheid was gewekt, ik ontleende het boek en vond er veel herkenbare situaties in.

Het voorbije jaar was met al zijn beperkingen voor heel wat zaken een grote oefening in het loslaten en bijstellen van vooropgestelde verwachtingen.

Wachten en verlangen werd een lange afstandsloop.

We keken, terecht, zo hard uit naar een bezoek en gewone spontane contacten met mensen, een geplande uitstap of een reisje, naar de wijde wereld, naar vrijheid.

Verlangen, uitkijken naar... wordt gelukkig stilaan weer werkelijkheid.

In het boek las ik: 'Vier de vandaagdag.' Op het eerste zicht is dit misschien de tegenhanger van verlangen, van uitkijken naar wat komt.

Maar in OC Cirkant kennen we beiden: verlangend en toekomstgericht uitkijken, maar tegelijk 'vandaagdagen' vieren. Bijzondere en gewone dingen: een lenteontbijt, een bloemetje op tafel, samen een kaart kleuren en die dan versturen naar een tijdelijk afwezige begeleidster, samen zitten in de schaduw van een boom, met de hele voorziening frietjes eten…

Elke dag wordt met open aandacht gezorgd dat het hier een aangename plek is om te wonen én te werken, wat we onlangs met trots bevestigd zagen in de goede cijfers uit de tevredenheidsbevraging van de medewerkers afgenomen in dit moeilijke jaar.

Voor elke dag wens ik jullie een goed evenwicht tussen verlangen en aandacht in het nu. Ik hoop dat jullie dagelijks de drukte van het moeten, even te kunnen inruilen voor het vieren van een vandaagdag of -moment.

>> Ann Vandecaveye, zinzorg & pastoraat

[1] 'Mindful gelukkig' van David Dewulf

RONDOM ONS

WELKOM

CURD

We hopen dat hij zich vlug thuis zal voelen en veel plezier zal beleven in zijn nieuwe omgeving.

GEBOREN

PROFICIAT MET DE GEBOORTE VAN ...

RIEKE, dochtertje van Michael Teetaert en Shana Vandaele (maatschappelijk werker).

LIA, dochtertje van Hannes Cailliez en Marieke De Wit (leefgroepbegeleidster Robbedoes).

LOU, dochtertje van John Dorme en Jamie Vancauwenberghe (leefgroepbegeleidster Zonneweelde).

Foto: mrsiraphol-freepik

AFSCHEID

WE LEVEN OPRECHT MEE MET...

De familie van Heidi Couffez (leefgroepbegeleidster Lentevreugde), bij het overlijden van haar schoonmoeder.

De familie van Yves Roose (cliënt Lentevreugde).

De familie van Albert Vantorre (cliënt Rakkers).

CONTACT

Wenst u een bezoekje te brengen aan de voorziening of wenst u graag meer info, neem dan contact op met ons.

OC CIRKANT	Aartrijksestraat 77 8211 Aartrijke	info@cirkant.broedersvanliefde.be www.occirkant.be	050 20 90 32
Maatschappelijke zetel	Stropstraat 119 9000 Gent	O-nr: 0406.633.304	
Algemeen directeur	Ria Vanhoorne	ria.vanhoorne@cirkant.broedersvanliefde.be	
Orthoagogisch directeur	Catherine Windels	catherine.windels@cirkant.broedersvanliefde.be	
Administratief & logistiek directeur	Barbara Verstraete	barbara.verstraete@ cirkant.broedersvanliefde.be	
Sociale dienst	Shana Vandaele Emma Soenens	shana.vandaele@ cirkant.broedersvanliefde.be emma.soenens@ cirkant.broedersvanliefde.be socialedienst@cirkant.broedersvanliefde.be	050 20 90 32

ONTHAAL de burelen zijn bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8.30u tot 17.00u.
Wenst u een leefgroep te bereiken, gebruik dan het rechtstreeks inbelnummer.

LEEFGROEP

Boterbloem	050 36 83 40/0471 31 08 71	Lentezon	050 36 83 47/0471 31 09 23
Morgendauw	050 36 83 41/0471 31 08 72	Zonneweelde	050 36 83 48/0471 31 09 36
Nachtegalen	050 36 83 42/0471 31 08 77	Zonnebloem	050 36 83 49/0471 31 09 51
Robbedoes	050 36 83 43/0471 31 08 94	Edelweis	050 36 83 50/0471 31 09 68
Lentevreugde	050 36 83 44/0471 31 09 14	't Weiland	050 36 83 51/0471 31 09 69
Rakkers	050 36 83 45/0471 31 09 17	Horizon	050 36 83 52/0473 77 08 36
Lenteweelde	050 36 83 46/0471 31 09 22	Nachtdienst	0471 31 07 82

FAMILIERAAD INTENSIEVE WOONONDERSTEUNING

Leefgroep Rakkers	Deconinck Hilde (voorzitter)	hildeconinck@hotmail.com	0472 34 11 97
Leefgroep Lentezon	Dekeuninck Leopold - Sackenpré Christiane	leopold.dekeuninck@telenet.be	058 41 41 30
Leefgroep Morgendauw	Desal Freddy - Demeyere Francine		051 30 47 33
Leefgroep Robbedoes	Devos Eric	devos.er@skynet.be	02 734 18 57
Leefgroep Lenteweelde	Gevaert Daniël	gevaertbossuyt@skynet.be	0476 21 10 32
Leefgroep Lentevreugde	Messiaen Kurt	kurt.messiaen@telenet.be	0486 79 80 52
Leefgroep Edelweis	Parmentier José - Spriet Daniëlla		051 30 88 26
Leefgroep Lentezon	Vande Velde Gaby	gabyvdv@telenet.be	051 72 35 22
Leefgroep Zonneweelde	Verlinde André	andre.verlinde2@telenet.be	050 35 52 58
Leefgroep Zonneweelde	Verlinde Nicole		0478 23 77 91

Heb je een vraag voor de Familieraad: deponeer ze in de brievenbus, terug te vinden in de drie huizen of in het centraal gebouw in de traphal.

FAMILIERAAD HORIZON

	Akkermans Marleen (voorzitter)	marleenakkermans@telenet.be	0485 58 02 57

COLLECTIEF OVERLEGORGAAN

Leefgroep Zonneweelde	Verlinde André (voorzitter)	andre.verlinde2@telenet.be	050 35 52 58
Dagcentrum Horizon	Akkermans Marleen	marleenakkermans@telenet.be	0485 58 02 57
Leefgroep Rakkers	Deconinck Hilde	hildeconinck@hotmail.com	0472 34 11 97
Leefgroep Robbedoes	Devos Eric	devos.er@skynet.be	02 734 18 57
Leefgroep Lenteweelde	Gevaert Daniël	gevaertbossuyt@skynet.be	0476 21 10 32
Leefgroep Lentevreugde	Messiaen Kurt	kurt.messiaen@telenet.be	0486 79 80 52
Dagcentrum Horizon	Rosseel Ann	rosseelann@telenet.be	0494 71 67 79
Dagcentrum Horizon	Vanhauwaert Petra	petra.vanhauwaert@hotmail.com	0495 68 55 99

Wanneer de eerste zonnestralen van het jaar tevoorschijn komen, kriebelt het om de serre een schoonmaakbeurt te geven. Het zaaien en planten van verschillende groenten en bloemen kan terug beginnen. Sla, komkommers, tomatenplanten, courgettes, selder, rucola, rode bietjes, paksoi, tagetes (afrikaantjes)… proberen we zelf te kweken. Iedere dag ga ik een kijkje nemen: zie ik al resultaat? Hoeveel is alles gegroeid? Hebben ze voldoende water? Een grote voldoening als het allemaal goed groeit, een teleurstelling als het vele werk niet loont, maar dan beginnen we opnieuw. Als de plantjes groot genoeg zijn, begint het 'verpotten' en wordt elk stekje apart in een potje gestoken.

Ondertussen worden buiten ook de voorbereidingen gedaan zodat de moestuin er goed bij ligt om te beplanten of te zaaien. Hopend dat de weergoden goed gezind zijn. Ideaal is: 's nachts voorzichtige regen en overdag een beetje zon, maar dat hebben we zelf niet in de hand. Af en toe moeten we zelf wat besproeien.

Eens alles geplant en gezaaid is, is het geduldig afwachten: wat zal er goed groeien? Wat er zeker altijd heel goed uit de grond komt: onkruid. Ja, soms is er meer onkruid dan iets anders te zien. Maar ik hou ervan om onder een (niet te warme) zon de moestuin te wieden, soms met de hark, soms op de knieën en met de hand. Als er dan nog een leuk muziekje op de achtergrond speelt, kan er niets meer stuk.

Als het oogstseizoen er is, krijgt dit voorrang op de gewone huishoudelijke taken. Niets is beter dan zelf gekweekte groenten. Wat niet direct wordt opgegeten, delen we met de kinderen en familie of steken we in de diepvries. Zo genieten we er in de winter ook van. Heerlijk!

LUT DERUYCK
is huiscoördinator van Huis 2 en 't Weiland. Ze woont in het mooie Beveren-Leie, waar je haar regelmatig in haar moestuin kunt vinden.