

## Nieuwsbrief

In dit thema zijn we aan de slag gegaan met 'Hoe zorg ik voor mezelf'.



# Verjaardagen

Ook deze periode waren er enkele cliënten die kaarsjes mochten uitblazen.

Als eerste was Ann jarig op 9 september. Ze mocht maar liefst 60 kaarsjes uitblazen! Ze trakteerde met overheerlijke bresilienne taart en kreeg een bon voor kleding cadeau.

De volgende dame was Brigitte. Zij was op 16 september jarig. Zij mocht 52 kaarsjes uitblazen. Ze koos als feestmenu, macaroni met kaas en hesp.

Op haar vraag ging ze shoppen voor haar verjaardag en genoot ze van een lekkere cappuccino.

Ook Lieven mocht zijn verjaardag vieren. Hij werd 53 jaar en trakteerde in het dagcentrum met lekkere koeken!

Jan Junior was jarig op 25 oktober en werd 25 jaar! Voor zijn verjaardag ging hij samen met enkele medecliënten naar jumpsky.

Elien is jarig op 1 november en mag 28 lentes tellen. Ook zij trakteerde met heerlijke taart.

In de vakantie was Nona jarig. Door omstandigheden was het nog niet gelukt om te trakteren. Op woensdag 27 september had Nona een super lekkere koekjestaart mee. Deze taart was speciaal gemaakt door haar oma.



# Activiteiten

Ons Thema ging deze keer over 'Hoe zorg ik voor mezelf'. Dit is een heel breed thema dus besloten we dit op te splitsen in elke week een specifiek thema. Tijdens onze bewonersvergadering kregen we een korte uitleg over hoe onze volgende weken er ongeveer gaan uitzien en bij welke thema's we zullen stilstaan.

Zo werkten we onder andere rond deze thema's :

We stonden stil bij de meerwaarde van beweging/sport. De sportcoach kwam langs, we maakten leuke wandelingen en we deden een dansactiviteit. Andere activiteiten waren ballonsport, stoelturnen en krulbollen. Nogmaals proficiat aan 'Team Zwart' met hun overwinning!



We stonden ook stil bij het thema veiligheid.



We leerden ook meer over voeding. We leerden over gezond eten, maar er werd ook stilgestaan bij de minder gezonde voeding. Dit deden we aan de hand van de voedingsdriehoek en verschillende activiteiten.

Uiteraard mocht een gezonde kookactiviteit niet ontbreken en we maakten lekkere fruitsalade!



Een derde punt waar we rond werkten, waren de emoties. We knutselden 'emotie mannetjes' en gingen dieper in op de verschillende emoties.

Ook het lichaam en hygiëne mochten niet ontbreken in dit thema. We gingen naar de bibliotheek om boeken rond dit thema op te zoeken. We tekenden een levensgroot lichaam en zochten naar prenten over het lichaam, we speelden dokter bibber en deden nog zoveel meer! We maakten ons eigen kapsalon waar de dames mooie vlechtjes kregen want ook een verzorgd uiterlijk hoort bij het thema 'hygiëne'. Ook ons tandenpoetsspel mocht niet ontbreken in dit thema!



Een volgend thema die we onder de loep namen was ontspanning en relaxatie. Ook dit is belangrijk om je goed in je vel te voelen en om aan zelfzorg te doen. We deden een leuke mindfull wandeling, dit houdt in dat we extra stilstaan tijdens de wandeling bij wat we horen, wat we allemaal zien en wat we ruiken. Andere activiteiten op de planning waren CDRL en BIM maar ook een voetbadje en gezichtsmassage zijn ideaal om te ontspannen.



## Kookactiviteit

Ook onze kookactiviteiten bleven doorgaan. Deze staan gepland iedere woensdag en indien mogelijk worden ze ook gelinkt aan ons thema. Enkele voorbeelden op ons menu:

- Kippenstoofpotje met prei, rijst en dillesaus.
- Kippenworst met kaassaus, broccoli, champignons en tortellini.

Als dessert maakten we:

- Chocomousse met banaan en avocado
- Havermoutpannenkoeken
- Havermout koekjes met banaan en chocolade



# Vaste activiteiten

Uiteraard gingen ook ons vaste activiteiten door:

- Papier scheppen
- Kaarsenatelier
- Breinbrekers
- Mooimakers
- Versieren van het dagcentrum
- Enclavewerk



## Uitstappen

Uiteraard waren er ook enkele uitstappen gepland. Zo gingen we naar de rommelmarkt in Waarschoot waar we enkele gezelschapsspelletjes aankochten voor in het dagcentrum. Deze werden uiteraard meteen uitgetest.

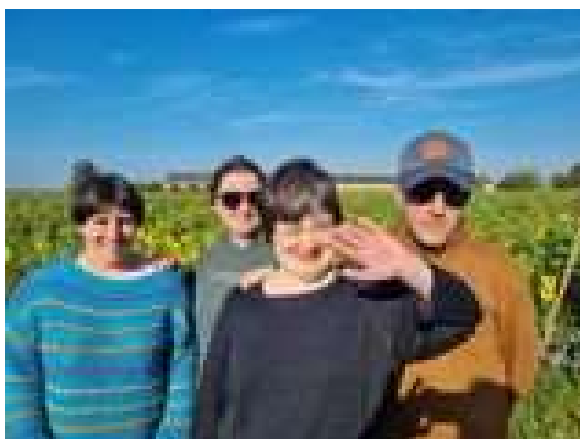
We mochten gaan kijken naar een optreden in 'De Linde' van 'Les Folles De Gand'. Het was een swingende namiddag!

Een uitstapje naar de markt mocht ook niet ontbreken. We kochten lekkere koekjes voor in de namiddag bij de koffie. Als afsluiter deden we een cafébezoekje en genoten we van een lekker drankje.

Bij goed weer profiteerden we er van om een leuke uitstap naar het Leen te doen en een mooie wandeling te maken. Uiteraard ook met op het einde een terrasje.

We waren ook uitgenodigd om op bezoek te gaan bij Carine. Wie kent Carine nog? Zelf in haar pensioen denkt ze nog aan ons!

De cliënten werden er met open armen ontvangen! Een uitstapje waar iedereen van genoot!







## Nara

Nara kwam langs en we maakten met haar hulp prachtige kunstwerken! Dit keer in het thema van 'Herfst'.



## Nieuwtjes

Op 6 september nodigden wij alle ouders en cliënten uit voor ons ijsjesnamiddag. Dit werd een gezellig samenzijn.

Het is weer de tijd van de pompoenen! Dankzij de ouders van Elien kregen wij er een hele hoop! Ideaal voor lekkere soep te maken en om leuke (Halloween) versiering te maken. Dank jullie wel!!!

Wij kondigen ook heel graag het fantastische nieuws aan dat Henk 'nonkel' is geworden van 2 nichtjes! Een hele dikke proficiat Henk! Ook proficiat aan de ouders en grootouders!



## Humival schittert in de kokorico

Als laatste willen we iedereen nog eens warm maken voor ons fuif in de Kokorico op 25 januari 2025! De eerste 100 tickets zijn reeds verkocht!  
We legden ook al enkele promo-bezoekjes af bij andere voorzieningen met enkele cliënten.



# Nog enkele sfeerbeelden



## Nieuw thema:

WINTER



Groetjes vanwege alle cliënten en begeleiders van het dagcentrum.  
Deze nieuwsbrief is opgemaakt door de deelnemers en begeleiders  
van het dagcentrum.