

NOTTEBOHM

ACTUEEL uitgave JANUARI 2020

In de kijker

Bezoek internationale kerststallen tentoonstelling: donderdag 2 januari

Tijdens deze tentoonstelling is er een verscheidenheid van kerststallen en taferelen te bewonderen uit verschillende landen, in het bijzonder uit Congo, Zuid-Afrika, Mali, Polen, Malta, Vlaanderen, Estland, Israël, Peru, Spanje, miniaturen, postzegels en oude kerstkaarten.
Waar : Sint-Willibrorduskerk te Berchem



Infoteam: woensdag 8 januari



Gezien de wijzigingen in de keuken werd het infoteam even on hold gezet. Woensdag starten we weer.

Wil je deelnemen? Laat het dan zeker weten aan Inge.

We starten met het overlopen van de menu voor de komende weken om 14u30 in de Nottebohmzaal.

Driekoningenfeest in Café Biart: maandag 6 januari

Met driekoningen wordt in Café Biart driekoningentaart geserveerd. In de frangipane-taart wordt een voorwerp (een boon, muntstuk, een porseleinen beeldje...) verstopt en de persoon die het terugvindt in zijn stuk taart is die dag "koning(in)" en mag een kroon dragen.



Een namiddag met Vincent en Henri: donderdag 16 februari



Dhr. Bert Van Horenbeeck zal u boeien met zijn lezing over Vincent Van Gogh en Henri Toulouse Lautrec. Altijd al meer willen weten over deze heren, hun leven en werk. Kom dan zeker om 14u30 naar de Nottebohmzaal.



Nieuwjaarsreceptie in Café Biart: dinsdag 28 januari



We klinken samen op de start van het nieuwe jaar. Geniet van een hapje en een glaasje met mooie muziek en niet te vergeten zeer goed gezelschap! Om ons goed te kunnen organiseren vragen we familie om even een seintje te geven als je graag deelneemt. Inge.melis@nottebohm.be. Om 14u30 in Café Biart.

Bewonersnieuws

We verwelkomen :

Dhr. Van Gool Bob



We vieren de verjaardag van:

- | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|
| ✓ 01/01 Mevr. Ait Lajine Fatima | ✓ 18/01 Dhr. Bernhard Schapira |
| ✓ 08/01 Dhr. Paul Bierhuys | ✓ 23/01 Mevr. Julia Van der Haeghen |
| ✓ 11/01 Mevr. Florentina Martens | ✓ 27/01 Mevr. Josephina De Jonck |
| ✓ 12/01 Mevr. Simonne Gysen | ✓ 29/01 Mevr. Van den Bergh Hilde |
| ✓ 14/01 Mevr. Madeleine De Mol | |



We namen afscheid van :

Dhr. Gilbert Muylle is overleden in Nottebohm op donderdag 5 december 2019 in het bijzijn van zijn familie. Gilbert woonde hier sinds maart 2019 in de leefgroep van 2B. Hij was 93 jaar.

Dhr. Jef de Groot is overleden in Middelheim ziekenhuis in het bijzijn van zijn familie op donderdag 26 december. Jef was actief lid van de buurtkring Hertoghe, schreef regelmatig poëzie in de Nottebohm Actueel en verbleef sinds november op kamer 206. Hij werd 94 jaar.

Onze gedachten gaan uit naar de familie van Jef en Gilbert, onze oprechte deelneming.



kop op!

hoe gaat het,
opie?
ze kijken mij aan
en ze glimlachen

soms
lachen ze met mij
zonder het te willen
en te weten

ze zijn nog jong
kunnen zich nog
niet inleven in wat
er in je omgaat

soms
maken ze me boos
als ze altijd weer vragen:
gaat het nog, opie?

de eindmeet is dichtbij
al veel is weggevallen
de uren duren langer
eenzaamheid neemt toe

kop op, man
en kijk om je heen
zie ze staan, de vele vrienden
die met u willen doorgaan

- Jef de Groot -

Gedichtenhoek

Ik wens je een mond
Zodat je met iedereen kunt babbelen
Contacten kunt leggen en je verbonden
kunt zijn met anderen.

Ik wens je twee oren
Om te luisteren naar anderen hun
fantastische verhalen
Of om te luisteren als mensen door een
moeilijk moment gaan.

Ik wens je een neus
Dan kan je de sfeer opsnuiven en
indien nodig kan je dan voor nog wat
meer ambiance zorgen

Ik wens je twee ogen
Want dan zie je hoe mooi de wereld is
en soms kan je hem met je kritische
blik verbeteren

Tenslotte wens ik je twee armen
Dan kan je iedereen knuffelen.
Want we hebben allemaal nood aan
wat meer warmte in ons leven.

- *Elien Saey Van Peteghem* -



de toekomst begint vandaag.

de meeste mensen
die alleen maar
naar morgen kijken
hebben vandaag te weinig tijd
om te genieten
van alles
wat kiemt
dat gisteren werd gezaaid!
laat ons
geduldig afwachten
forceren helpt geen mens vooruit!

groeien vergeet-mij-nietjes
vlugger
als je ze elke dag met de haren trekt?
nee, toch...
durven we geloven
dat terwijl wij rustig slapen
alles in de juiste voor
en plooi valt?

hopelijk
plukken velen daarvan
ooit nog
de sappigste vruchten!

- *joz. le bruyjn* -



soms opeens
zomaar
totaal onverwachts
krijgt het leven kleuren
en ruik je dat mensen
vernieuwend geuren

grijp die kans
want
het geluk
vliegt niet elke dag
zo laag.

streek het
en dan
kunnen er opnieuw
wonderen gebeuren!
voorbij:
het uitgeleefd bestaan
het uitgespeeld spel
in het uitgewoond huis.

werkend aan:
de kracht van de liefde
de bloei van het leven
in een wirwarrend wervelend
wonder!

denken kan soms doodlopend
krenken.
liefde laat deuren dansend opengaan!

- *joz.le bruyjn* -



Zeemansverhalen door Sparks +

Onderweg van Nieuw Zeeland naar Chili kregen we een noodoproep van een Chileens vrachtschip, dat te kampen had met machineschade.

De kapitein vroeg ons via de radio of we zijn schip naar Valparaiso in Chili wilde slepen. Er werd een Lloyds Open Form contract opgemaakt op basis no cure no pay en na uitwisseling van de positie werd koers gezet naar het schip.

Het was nog wel een paar dagen varen, maar er was geen concurrentie en het contract was doorgeseind naar Lloyds London ter bevestiging.

's Avonds bij zonsondergang namen wij een ster observatie om onze juiste positie te bepalen. Tijdens de ster waarneming zagen we een snel bewegend wit licht en in eerste instantie dachten we, dat het een hoog vliegend vliegtuig was,

maar bij nader inzien, was dat in die jaren onmogelijk, gezien de afstand, tussen Nieuw Zeeland en Chili.



Zeesleepboot "Utrecht"

De bemanning maakte er nog grapjes over zoiets als een vliegende schotel bemand met groene marsmannetjes of liever marsvrouwjtjes.

De volgende avond was het bewolkt, dus we konden niets zien, maar tijdens de aflossing van de wacht rond 4 uur in de morgen hoorden we een enorm geluid, alsof er een straaljager laag overkwam en het werd licht als midden op de dag, gevolgd door een harde explosie.

Het geluid was zo luid, dat we enige uren doof waren met gepiep en geruis in de oren. Ook maakten we wat minuten later een enorme slingering alsof het slecht weer was. De zee was ruw en we zagen, later bij daglicht, heel veel dode vis en schuim op het water.

Bij aankomst in Valparaiso, na aflevering van het vrachtschip, gingen de twee stuurlieders naar de oorarts daar het gepiep in hun oren nog niet weg was.

Bij informatie bij het meteorologisch instituut hoorden we dat er een flinke meteoriet in zee was gestort en die in Chili een kleine vloedgolf had veroorzaakt.

Gelukkig werden we niet geraakt anders was het einde verhaal geweest en had niemand het kunnen navertellen.

- Sparks+ -

Mijmeringen in de tuin van Nottebohm over eenzaamheid, en over insecten

In een vorige bijdrage heb ik uitgelegd dat oude mensen gelukkiger zijn dan jongeren. Dat heeft **geluks-professor** Annemans uit Gent onderzocht. Ik toon nog eens de samenvatting.

De Belg is gemiddeld matig gelukkig, maar met uitersten. Er zijn zeer gelukkige, en ook zeer ongelukkige Belgen. Ouderen zijn gelukkiger dan jongeren.

Er is, tot ieders verrassing, meer eenzaamheid bij jongeren.

Een gezonde geest is voor ons geluk even belangrijk als een gezond lichaam.

Minstens maandelijks voor anderen zorgen en vrijwilligerswerk doen, verhoogt onze kans op geluk met 44%.

Het geluk stijgt met het inkomen, maar vanaf een bepaald inkomen stijgt het geluk niet meer. Dat is, heel concreet, het inkomen boven 4.500 Euro per maand. “

De TV-man Xavier Taveirne heeft het ook gelezen, denk ik. Hij toonde vier afleveringen over eenzaamheid in vier verschillende generaties.

Ik heb alleen de laatste aflevering bekeken. Die ging over de ouderen.

Mooie beelden, mooie mensen. Althans mooi voor hun leeftijd. Die vertelden hoe eenzaam zij geweest waren, en hoe zij hun probleem hadden aangepakt. Zij hebben zich aangesloten bij buurtbewoners, bijvoorbeeld in een lokaal dienstencentrum. De echte eenzamen, die niet naar buiten komen: die heeft hij uiteraard niet gezien. Het onderwerp is altijd goed voor een TV- programma. Het viel mij een beetje tegen.

Mensen ondervragen is geen exacte wetenschap. **Sociologe Eva Illouz** nam al dat onderzoek op de korrel. Bij Knack van 10 december verscheen een artikel met als titel : “*Gelukkig zijn is een statussymbool geworden*”. Geluk is moeilijk te meten, zegt ze. Het is een instrument in de politiek geworden, en er wordt veel geld mee verdiend.

Dat neemt niet weg dat men toch kan vergelijken. Ook al zijn de cijfers niet zo betrouwbaar: als men ouderen met jongeren vergelijkt inzake geluk en eenzaamheid, klopt het wel. Jongeren zijn dus eenzamer dan ouderen. Heel verrassend, omdat wij de jonge mensen dikwijls bezig zien met hun ‘app-je’ of zoiets. Ik heb geen verstand van die dingen, en vroeg uitleg aan mijn kleinzoon Felix. Die toonde mij met zijn eigen app-je, waar pubers urenlang mee bezig zijn. Hij zal het hier eens uitleggen, na de tekst van zijn opa.

Wat is eenzaamheid? De definitie volgens het woordenboek.

1. *“Eenzaamheid is het gevoel alleen te zijn, van geïsoleerd te zijn van de anderen. Het is een gevoel, geen situatie. Anders gezegd: er is een wezenlijk verschil tussen alleen zijn en zich alleen voelen. “*

Daar heb ik zelf een mooi voorbeeld van. Als kind van 5 jaar was ik heel de dag alleen, maar voelde mij niet eenzaam. Mijn ouders waren niet thuis, want mijn moeder gaf les. Wij hadden een meid om op mij te passen. Maar die deed dat liever niet. Zij zette mij buiten, en deed dan de deur op slot.

Zo was ik helemaal alleen in de grote tuin, maar niet eenzaam. Ik ontdekte de diertjes en de piertjes, allemaal interessant zijn om te bekijken. In de mesthoop zaten regenwormen te kronkelen bij elkaar. In de struiken waren de vele kevers, soms met z'n tweeën, soms alleen.



Het grootste geheim was voor mij het gedrag van een spin. In elke struik zat er wel een kruisspin, met de kop omlaag te wachten op een prooi, onbeweeglijk in het midden van een mooi spinnenweb. Die eenzaamheid trok mij aan.

Ik begrijp nog altijd niet hoe ze met hun klein verstand zo'n prachtig net kunnen maken, dat geweldig plakt, en waar ze zelf zonder problemen over wandelen.



Om de eenzame spinnen te troosten gaf ik hun elk een pissebed. Onder de stenen zaten veel pissebedden bij elkaar. Het is dan gemakkelijk om er een uit de hoop te halen. De spin zorgt eerst voor een plaatselijke verdoving van de prooi.

Daar kunnen veel mensen een voorbeeld aan nemen.

Die belangstelling voor insecten heb ik nog altijd. Ik zoek hen op in de tuin van Nottebohm. Helaas. Waar is de tijd van toen. Tegenwoordig is de mooie tuin dood en verlaten. De insecten, als die er nog zijn, hebben er niets om zich in de winter mee te beschermen. Zelfs onder de stenen zijn geen pissebedden meer. Het is droevig wandelen in de tuin.

2. *“Er is een onderscheid tussen sociale en emotionele eenzaamheid. Sociale eenzaamheid is het gemis in een bredere sociale relatiekring, de contacten met familie en kennissen. Emotionele eenzaamheid is een gemis aan een effectieve band met iemand. Een partner biedt bescherming tegen beide soorten van eenzaamheid.”*

De buurtkring Hertoghe, een initiatief van de mensen van Nottebohm, is belangrijk voor die sociale contacten. Dat brengt de mensen dichterbij elkaar. Het maakt hen minder eenzaam en dus gelukkiger.

In mijn buurt is ook een dergelijke groep die zich daarvoor wil inzetten. Zij hebben geen vaste plek om samen te komen. Eens per jaar zetten wij wel een tent in onze straat, met een hapje en een drankje. Velen versieren hun gevel met bloembakken, met struiken in het voetpad, of zelfs met klimplanten tegen de hele gevel.

Sommige mensen bereikt men niet met een buurtkring.

Mijn buurman François bijvoorbeeld. Hij zag er uit als een clochard, en stonk verschrikkelijk. Hij raapte lege blikjes op. Dat sprak mij aan. Ik raap zelf wel eens een blikje op, om het in de vuilnisbak te doen. Om onze straat proper te houden, en zo. Maar dat was niet de bedoeling bij François. Ik had net een blikje opgeraapt, en gaf het hem. Zo waren wij eigenlijk collega's. Er moet iets aan mijn blik geweest zijn dat hem aansprak. Misschien was ik de enige die naar hem wilde luisteren. Hij legde mij uit hoe men geld kan verdienen door de verkoop van de blikjes als oud metaal. Ik kreeg het adres in Hoboken.

François heeft nog jarenlang elke zondagmiddag aan mijn deur gebeld. Hij kwam dan met zijn karretje van de markt, met gekregen fruit. Rot fruit, waar toch nog iets goed aan was. We stonden dan in het deurgat. Hij buiten en ik binnen, vanwege de stank.

Soms kreeg ik een brood. Dat had hij gratis van de voedselbank. Als hij daar in de rij stond, keerde hij nog eens weer, speciaal om voor mij nog een brood op te halen.

Om de babbel in het deurgat te verlengen, heeft hij mij alles verteld over zijn leven, tot in de kleinste details. Hij liet mij ook zijn bankrekeningen zien, voor ongeveer 750.000 Euro.

Wie veel spaart, wordt uiteraard rijk. Hij gaf mij goede raad. Als men de waterleiding af zet, kan men veel geld besparen. En met een 'allesbrander' moet men geen kolen kopen, er is genoeg brandbare rommel op straat. Dat verzamelde hij met zijn boodschappenkarretje.



François deed zijn gevoeg in de tuin. Heel praktisch, dat wel, maar de burens waren niet allemaal tevreden. Na een klacht kreeg hij bezoek van de sociale dienst van de stad. Godjiemenas! Zo riep hij aan mijn deur, geheel van streek. Hij wou *zijn eigen direct kapotmaken*.

Ik kon hem kalmeren en beloofde eens naar de stad te bellen hierover. Dat hielp.

Het werd winter. Mijn vrouw en ik gingen naar het Zuiden voor enkele weken, zoals elk jaar.

'Godjiemenas' ! Dat was zijn vloekje. Toen ik terugkwam, was hij niet te vinden. Ik plakte een papiertje op het slot van zijn voordeur. Dat bleef er op.

Volgens de burens was hij naar een ziekenhuis.

Inderdaad, men had hem in een ziekenhuis opgenomen.

Daar hebben ze hem gewassen, en zijn lange haren afgeknipt. Dat moet voor hem onmenselijk geweest zijn.

Hij had het ziekenhuis al een tijd verlaten. Meer konden ze daar niet over zeggen.



In mijn tuin zag ik veel bromvliegen. Ik belde de politie op.

En ja, die hele dag stonden allerlei mensen met maskers op, voor zijn huis.

De brandweer haalde François eruit met een lift.

God weze hem genadig.

- Jozef Verheyden, echtgenoot Monica van Hese -

Eenzaamheid bij jongeren

Zou het kunnen dat mijn leeftijdsgenoten meer eenzaam zijn dan vroeger?

Ik geloof van wel, en dat zal ik u uitleggen. In de tijd dat u jong was bestond alle elektronica waar men zich nu mee omringt niet. Playstation, Gsm of smartphone, televisie, Wi-Fi, 4G, streamen, Binge-watching, Instagram, Facebook: niet alle zaken zullen u bekend in de oren klinken, maar het is

dagelijkse kost voor de jeugd. We zijn meer gekluisterd aan een scherm dan ooit tevoren. Dat zorgt ervoor dat we soms voeling missen met wat er rondom ons gebeurt. We kijken minder naar de vogels, de diertjes, de nabije mensen.

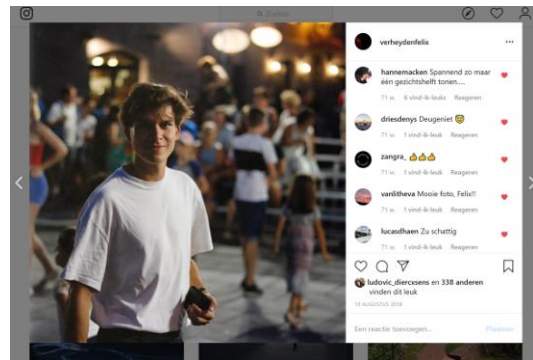
Op je gsm heb je nu digitale forums - zoals Facebook - waarop mensen met elkaar babbelen en dingen delen, zoals foto's of filmpjes. Daarvoor moet je een 'profiel' aanmaken en laten zien wie je bent. Natuurlijk gaat je je knapste foto's laten zien en je leukste vakantiefoto's, want je wil goed overkomen bij je vrienden. Nu moet u zich voorstellen als iedereen zulke blije, succesvolle, gelukkige foto's van zichzelf deelt met zijn vrienden op het internet - en dat doen jongeren dagelijks - dan lijkt het wel of iedereen altijd gelukkig is, altijd knap en altijd succesvol. Daar heb je het al, een vertekend beeld. Want niet iedereen is altijd gelukkig, niet iedereen voelt zich alle dagen lekker in zijn vel en toch lijkt het alsof heel uw omgeving dat wel is. U mag ervan op aan dat jongeren in Vlaanderen zeker een uur kijken naar foto's die vrienden delen op het internet, waarop ze goed staan, leuke dingen doen.

Nu, waarom doen jongeren dat? Hoe kan dat nu verslavend zijn? Wel, aandacht is verslavend. Dat hoef ik u niet te vertellen. Faam zoeken en bekend willen zijn is iets van alle tijden. De makers van zulke forums hebben daar sluw op ingespeeld. Ik kan nu eindelijk moeiteloos al mijn vrienden bereiken door mijn mobiele telefoon. Valt u niet van uw stoel als ik wat cijfers geef. Als ik een foto of filmpje deel op het internet dan hebben ongeveer 500 kennissen dat bekeken, en ongeveer een 150 kennissen zullen aangeven dat ze de foto leuk vinden en een complimentje nalaten. Die mate van aandacht is verslavend. Dat complimentje geven, dat doet u door op een 'hartje' of 'duimpje' te klikken.

Ziehier een voorbeeld van een foto die ik heb gedeeld.

Hier komt het positieve deel van mijn betoog. Steeds meer jongeren beseffen de slechte invloed van de 'sociale media' zoals ze hetten. Uit onderzoek blijkt dat veel jongeren bezorgd zijn over hun schermtijd.

Ik geloof dan ook dat dit een fase is. Bij het roken een twee generaties terug was het ook zo. Grote fortuinzoekers zoeken manieren om ons afhankelijk te maken van hun spullen. Wanneer we allemaal samen beseffen dat het schadelijk spul is, keren we ze de rug toe.



- Felix Verheyden, kleinzoon Monica van Hese -

Stafke heeft voor u gelezen..

CATH LUYTEN EN HUGO BROOS IN KAMEROEN VOOR MERCY SHIPS

“Op dit schip worden mirakels verricht”



DOUALA - Momenteel ligt de *Africa Mercy*, het grootste private ziekenhuisschip ter wereld, voor de kust van Senegal om daar operaties uit te voeren bij de allerarmsten. Cath Luyten en Hugo Broos, ambassadeurs van liefdadigheidsorganisatie Mercy Ships, waren deze week in Kameroen op bezoek bij ex-patiënten voor wie de operatie hun leven compleet veranderde.

DOOR VINCENT VANHOORNE

95 procent van de Afrikaanse bevolking heeft geen toegang tot veilige en betaalbare chirurgische zorg. De *Africa Mercy*, een schip van de internationale liefdadigheidsorganisatie Mercy Ships, ligt nog tot juni 2020 voor de kust van Dakar en zal daar in tien maanden zo'n 1.500 tot 2.000 gratis operaties uitvoeren. De chirurgische ingrepen betekenen voor de lokale bevolking een wereld van verschil. Cath Luyten en Hugo Broos zijn al enkele jaren ambassadeur voor Mercy Ships. Zij waren deze week op bezoek in Douala in Kameroen waar de *Africa Mercy* twee jaar geleden was. “Ik had een ontmoeting met Valérie en haar veertienjarige dochter Edith die allebei op het schip geopereerd zijn aan een grote tumor”, vertelt Cath. “Valérie is een vrouw van 42, even oud als ik, en heeft bijna 30 jaar met die gigantische tumor aan haar hoofd rondgelopen. In het dorp waar ze woonde, werd ze scheef bekeken. Ze hoorde er niet bij. Voor Valérie betekende de operatie de start van een nieuw leven. Ook bij haar dochter Edith werd een tumor verwijderd. Valérie vertelde dat de operatie van Edith voor haar het grootste cadeau was, belangrijker dan haar eigen operatie, omdat haar dochter nu niet langer hoefde te lijden of uitgesloten werd. Ik heb deze week dan ook twee stralende vrouwen gezien. Zo zie je hoe cruciaal het werk van Mercy Ships is voor veel mensen die geen toegang hebben tot chirurgische zorg. Valérie was in de tussentijd ook bevallen van haar jongste dochter.”

DIEP ONDER DE INDRUK

Ook Hugo Broos was deze week in Douala voor een weerzien met Ulrich, een patiënt die omwille van zijn zwaar misvormde benen een operatie kreeg op het schip. Hugo Broos: “Ik

“*Mercy Ships is een voorbeeld van hoe een goed doel écht moet zijn.*”

Hugo Broos

ontmoette Ulrich twee jaar geleden toen hij geopereerd werd wanneer de *Africa Mercy* in Kameroen lag. Ik was toen bondscoach van de nationale ploeg van dat land. De ontmoeting met hem deze week heeft veel indruk op mij gemaakt, omdat ik die jongen echt wel in mijn hart draag. Zijn benen plooiden langs de verkeerde kant, waardoor hij op handen en voe-



› Cath Luyten en Hugo Broos bij Valérie (midden) en Edith (rechts) bij wie een tumor werd verwijderd. (foto Mercy Ships)

ten moest lopen. Toen ik hem deze week zag, kon hij gewoon staan en wandelen zoals iedereen. Hij gaat naar school, helpt met zijn moeder

werken op het veld en speelt weer met zijn vrienden. De operatie op de *Africa Mercy* heeft zijn leven een compleet nieuwe wending gegeven. Zijn



› Ulrich, vóór hij aan zijn benen werd geopereerd. Links zien we Ulrich na zijn operatie op de *Africa Mercy*, samen met Hugo Broos. (foto's Shawn Thompson/Mercy Ships)

Wat doet Mercy Ships?

Mercy Ships vaart met een volledig operationeel ziekenhuisschip naar de allerarmsten. Er kan onmiddellijk medische hulp geboden worden. Vanaf dag één onderzoeken de vrijwillige gezondheidswerkers patiënten en behandelen zo snel mogelijk de dringendste gevallen. Het private ziekenhuisschip heeft de beste medische apparatuur en de meest ervaren chirurgen. Doordat iedereen vrijwillig werkt, gaat zoveel mogelijk geld naar de aankoop van medisch materiaal, patiëntenzorg en lokale projecten. Er wordt pas aangelegd in een land na een minutieuze voorbereiding. Elk verblijf duurt ongeveer tien maanden. Na het vertrek van het schip laat Mercy Ships niet alleen hoop en genezing achter voor vele duizenden



› Het ziekenhuisschip heeft de beste medische apparatuur en chirurgen. (foto Mercy Ships)

mensen, het draagt ook bij aan de verbetering van het lokale gezondheidssysteem door de vorming van medisch personeel en de renovatie van ziekenhuizen.

• **Je kunt Mercy Ships steunen door een gift te doen via de website www.mercyships.be**

Intussen in De Meander

De kerstboom zetten en feest vieren met kerst.



Hilde met Yvette en de ingezamelde rosse centjes op de tram , om ze te brengen naar de KBC bank . En dit alles voor Kom op tegen kanker....



December in beeld

Atelier : Kerstkransen maken



De Sint op bezoek



Sint ontbijt



Kerstmarkt





Kaas en wijnavond voor de vrijwilligers



Kerstdiner



Sense of Home

Een gevoel van thuis.

Bewoners nodigen familie uit voor het kerstdiner. Het was een warm feest met veel mooie mensen



Onder de kerstboom bij de kiné en ergo





Onze Chef Eric liep 150 km in 24 uren ten voordele van Payoke



Twee dagen voor hij ons het kerstmenu serveerde, liep Eric nog even 150 km in het kader van de warmste week voor Payoke VZW. Wat een prestatie. 150 toertjes van 1 km in het Hertoghepark. Buren en kennissen kwamen hem een steuntje in de rug geven door mee te lopen of deden een donatie. Op deze manier kon Eric een € 1600,00 doneren aan Payoke vzw. Ook directeur Geert liet zijn sportieve kant zien.

Op het einde was er zelfs nog energie voor deze sprong. Petje af Eric!





In de buurt

Veel volk en ambiance op de vorige burenborrel waar Herman Dils en Raf Stroobants voor een geweldig concert zorgden.



Ook Op de koffie bij Hertoghe was een tikje anders deze maand. Plots verscheen er elixir d'Anvers op de tafel. Toen werd het wel heel gezellig.



Informatief – analoge radiosignaal via de kabel stopt

Analoog radio luisteren, dat is binnenkort verleden tijd. Telenet stopt met deze technologie.

Wat betekent dit voor jullie.

Luister je via gewone FM radio met antenne?

Dan luister je niet analoog via de kabel en je hoeft dan ook niets te doen.

Luister je analoog via de kabel?

Dit kan je zo checken.

Loopt er naast je stroomkabel ook een andere kabel naar de wandcontactdoos, dan luister je wellicht analoog via de kabel.

Stem de radio af op 105,3 Mhz. Hoor je daar een boodschap van telenet? Dan luister je zeker analoog via de kabel.

Dan moet je voor 11.02.2020 switchen naar een andere manier om radio te luisteren.

Activiteitenkalender

dag	datum	uur	activiteit
Woensdag	1 januari		Nieuwjaarsdag
Donderdag	2 januari	11u00	Nieuwsgroepvoorbereiding
		13u45	Bezoek Kerstallententoonstelling Berchem
Vrijdag	3 januari	10u45	Eucharistie in de Nottebohmzaal
		15u00	Nieuwsgroep
Maandag	6 januari	10u30	Verhaal Winterpoëzie “De Sneeuwman” in de Nottebohmzaal
		14u30	Driekoningenfeest in Café Biart
Woensdag	8 januari	10u45	Atelier in de Linde
		14u30	Infoteam in de Nottebohmzaal
Donderdag	9 januari	10u00	Uitstap: Kamermuziek in de Singel
		13u30	Bewegingsgroep in de Linde
		15u00	Nottebohm zingt Driekoningenliederen in de Linde
Vrijdag	10 januari	10u45	Eucharistie in de Nottebohmzaal
		15u00	Nieuwsgroep
		19u00	Burenborrel
Maandag	13 januari	14u30	Bingo in de Nottebohmzaal
Dinsdag	14 januari	10u15	Atelier: Winterdeco in de Linde
		14u30	DVD op groot scherm
Woensdag	15 januari	10u45	Atelier: Bloemschikken in de Linde
Donderdag	16 januari	13u30	Bewegingsgroep in de Linde
		14u30	Een namiddag met Vincent en Henri door Bert Van Horenbeeck in de Nottebohmzaal
Vrijdag	17 januari	10u45	Eucharistie in de Nottebohmzaal
		15u00	Nieuwsgroep
Dinsdag	21 januari	10u15	Atelier: Confituur in de Linde
Woensdag	22 januari	10u15	Atelier: Wintermandala's in de Linde
Donderdag	23 januari	10u30	Muziek beluisteren in de Nottebohmzaal
		13u30	Bewegingsgroep in de Linde
		15u00	Nottebohm zingt in de Linde

Vrijdag	24 januari	10u45	Eucharistie in de Nottebohmzaal
		15u00	Nieuwsgroep
Maandag	27 januari	14u30	Bingo in de Nottebohmzaal
Dinsdag	28 januari	10u15	Atelier: Winterdeco in de Linde
		14u30	Nieuwjaarsreceptie in Café Biart
Woensdag	29 januari	10u45	Atelier: Bloemschikken in de Linde
		13u30	Nieuwsgroepvoorbereiding op 2A
Vrijdag	31 januari	10u45	Eucharistie in de Nottebohmzaal
		15u00	Nieuwsgroep

De planning kan nog wijzigen. Raadpleeg daarom ook de weekkalenders die in de leefgroep omhoog hangen. Voor de bewoners van de Foyer is er een ander activiteitenprogramma, dat u op de afdeling kan raadplegen.

We zijn op zoek naar Bridgespelers om samen te spelen in Café Biart. Interesse? Laat het dan zeker weten.

Data om reeds in je agenda te zetten



Bistrot Nottebohm zondag 9 februari.

We hebben even een pauze genomen om ons te concentreren op de ander feesten maar in februari gaat het Bistrot team er weer helemaal tegenaan. Uitnodiging en menu volgen nog.

*Uw artikel in de Nottebohm Actueel?
Dat kan! Stuur het naar inge.melis@nottebohm.be*

We moeten iets klein doen.

*Een klein wonder
moeten we verrichten.*

*Eén klein persoonlijk wonder.
één wonder moeten we verrichten
per persoon*

*En dan, als iedereen dat gedaan heeft.
één klein wonder verrichten.
dan tellen we de wonderen
die ontstaan zijn bij elkaar op.*

*En dan, dan hebben we
een groot wonder*

*Kijk: zo simpel zit het nu eenmaal
een groot wonder in elkaar.*

Sylvia Hubers

Team Nottebohm wenst u een mooi nieuw jaar

