

Nottebohm Actueel

Oktober 2025



**Samen kunst bewonderen in samenwerking met het KMSKA.
Ook bedankt Huis van de Mens voor de mooie bloemen !**

Wat schilt er

Draag kopzorgen niet alleen.

KIJK
EENS
ONDER
DE
Schil

Tu gek?

Meer weten?
onderdeschil.be

Inhoud

1	
CULTUURKALENDER KORT	3
ACTIVITEITEN	4
UIT NATUUR EN LEVEN: PROZAÏSCHE GEDICHTEN VAN GUY VAN CAMPENHOUT	7
GEDICHTENHOEK – VOOR U UITGEZOCHT DOOR ANN VAN EGDOM	8
AFSCHEID YASMIN	10
INFORMATIEF	11
DE MEANDER	14
FOYER	17
IN DE BUURT	18
SEPTEMBER IN BEELD	23
MAANDMENU	28
ACTIVITEITENKALENDER OKTOBER–	31
SCHEUR HEM AF EN HANG HEM OP.	31
DATA OM REEDS IN JE AGENDA TE ZETTEN	32

Vrijwilligers gezocht



Café Biart wordt uitsluitend uitgebaat door vrijwilligers. Wij zijn nog steeds op zoek naar vrijwilligers die hier een handje willen toesteken. Heb jij nog een dag per week vrij of wil je graag zo nu en dan eens inspringen? Lijkt het je wel wat om kennis te maken met enkele geweldige dames en heren? Laat dan snel wat van je horen.

Contacteer Wannes

animatie@nottebohm.be of 032591855

NOTTEBOHM

Buurt & cultuur oktober 2025



3

Kaas en wijnavond Buurtkring Hertoghe

18u00: Café Biart – inschrijving noodzakelijk

Handwerkclub – elke dinsdag 15u
Aquarellen met Frank 10&24 om 15u



8

Lezing Vl@s: geschiedenis van de prostitutie in onze steden Diane de Keyser

14u00: Café Biart

Uitstap Brouwerij de Koninck
13u15: vertrek inschrijven noodzakelijk

16

INFO EN
INSCHRIJVEN
TEAM W&L

GRATIS
& VRIJE
TOEGANG

20

Virtueel bezoek Van Eyck museum

10u30: Brabozaal

Spookwandeling in Antwerpen
13u00: vertrek – inschrijven noodzakelijk

24

INFO EN
INSCHRIJVEN
TEAM W&L



27

Lezing Goya – Vl@s

14u00: Café Biart

Koffie Hertoghe
15u00: Café Biart

31



MEER INFO EN EXTRA ACTIVITEITEN OP DE WEBSITE VAN NOTTEBOHM WZC
Nottebohm Wzc, Biartstraat 2, 2018 Antwerpen



Activiteiten

Aquarellen

Vrijdag 10 en 24 oktober in de Ceder om 15u00
Buurman Frank Mahieu leert u aquarellen. Ervaring is niet noodzakelijk, Frank weet met zijn aanpak iedereen te overtuigen en haalt uw artistieke kant zo naar boven.



Nottebohm zingt

Vrijdag 3 oktober om 14u30 en maandag 27 oktober om 10u30 in de Nottebohmzaal
Iedere maand warmen we onze harten met onze stem door liedjes te zingen van vroeger of ook hedendaagse muziek.



Virtuele wandeling door Antwerpen de Koekenstad

Jan neemt ons mee op wandeling door de bekende straten van Antwerpen ook wel gekend als de "Koekenstad". Allen welkom op vrijdag 10 oktober om 14u30 in de Nottebohmzaal

Bezoek aan brouwerij de Koninck

We bezoeken donderdag 16 oktober waarschijnlijk voor de laatste maal de stadsbrouwerij van de Koninck waar het beroemde " Bolleke " wordt gebrouwen. Opgelet er kunnen maar 6 rolstoelgebonden bewoners mee. Dus inschrijven is noodzakelijk. Ben je niet rolstoelgebonden ben je ook zeker welkom om mee te gaan. Schrijf je dus snel in want er zijn maar 12 plaatsen (inclusief vrijwilligers/familie die de rolstoelgebruikers kan duwen doorheen het bezoek).

Vertrek : 13u15

Samenkomen : Café Biart

Vervoer : Hendriks

Prijs : 25€/ persoon (exclusief vervoerskosten)

Spookwandeling doorheen Antwerpen

Ga mee op trot met een gepassioneerde verteller en beleef Antwerpen op een unieke manier. Verhalen over de Lange Wapper , Jan zonder vrees en etc. worden verteld tijdens een rolstoelvriendelijke wandeling doorheen de stad.

Let op : beperkte inschrijvingen : 12 plaatsen (inclusief vrijwilligers en familie) waarvan max 6 rolstoelgebruikers. Familie kan zich steeds aanmelden als duwer voor hun familielid/bewoner.

PS: bij slecht weer komt de wandeling virtueel naar Nottebohm

Vertrek : 13u15

Samenkomen : Café Biart

Vervoer : Hendriks

Prijs : 15€/persoon (exclusief vervoer)



Ontbijtbuffet

Dinsdag 28 oktober kunnen jullie weer lekker smullen van een lekker ontbijtje in café Biart. Verse eitjes met spek , koffiekoeken en nog zoveel meer. Vanaf 8u30 tot 10u kan je aanschuiven aan het buffet. Je hoeft niet stipt allen om 8u30 al in café Biart te zijn. Let op : de zaal gaat pas open om 8u30 (niet vroeger) dus we willen jullie vragen niet voor dit uur al de zaal binnen te gaan , aangezien dit veel voorbereiding vraagt van alle medewerkers. Dit om alles vlekkeloos en aangenaam te laten verlopen.



BISTROT NOTTEBOHM

*Zondag 19 oktober 2025
om 11.30 uur*

BISTROT NOTTEBOHM

Het leven smaakt goed



MENU

Amuse

Garnaalkroket met fris slaatje

Witloofroomsoep

*Ballotine van maïskip
in honing-mosterdsaus*

Groententaart

Gegratineerde aardappeltjes

Apfelstrudel

Bewoners Nottebohm	€ 20,00
Gebruikers Meander	€ 20,00
Familie en vrienden	€ 40,00

**Inschrijven kan tot 10 oktober
aan het secretariaat of via mail
inge.melis@nottebohm.be
Inschrijvingen beperkt 60
personen, daarom vragen wij
maximum 3 bezoekers per
bewoner in te schrijven**

(extra bezoekers kunnen op de wachtlijst
aangemeld worden en zullen verwittigd worden
als de inschrijvingen afgelopen zijn of zij al dan
niet kunnen deelnemen)

**De inschrijving is pas geldig
na contante betaling aan het
onthaal of via overschrijving
op
BE20 0688 9213 1356.**

Uit Natuur en Leven: prozaïsche gedichten van Guy Van Campenhout

Denneboom

Een boom die 's zomers geurt
 noch 's winters treurt
maar altoos jeugdig fleurt,
 ~ die eeuwig jong ~
de wereld in verrukking houdt,
 dat is de denneboom.

De denneboom, die in de sneeuw
de geest van 't volk beroert,
die rust brengt in hun heet gemoed:
Op zijn groene twijgjes rust dan 't blanke kleed,
dat schittert in het hel verblindend zonnelicht en
dat weemoedig dromen doet
de ogen sluit
De zinnen dooft.

Wanneer de kersttijd weerom is geboren,
dan prikken er op die groene twijgjes
vele kleine kaarsjes
die, bij het heftig flikkeren in de stille donkere kamer,
een liefdegloed in alle harten stuwt
zodat een gezegebede uit hun ziele luwt van allen,
die daar bewonderend voor de denneboom staan
 neergebogen!

INGEZONDEN DOOR RUDY VAN CAMPENHOUT



Gedichtenhoek – voor u uitgezocht door Ann Van Egdom

Herfstlandschap

In de mist is trage een os met een ossewagen
stappend naast de mist nooit mist zijn maat
de os van de ossewagen
Uit de mist in de mist met de hortende wagen
dut de wagenvoerder zich niet vast
in een spoorloze slaap

Achter aan de wagen drijft lantaarnlicht
een geringe wig van klaarte in de donkerdiepstraat

- Paul Van Ostaijen 1896-1928



Herfst der muziek

van dauw rinklen de bloemen
en onder zerken van hurkende larven
geprevel gemurmel, in de dorpen zuchtende
in de steden vlezige fluiten

oh oor o hoor

de vuren gaan schor en de wateren
stotteren om. op de bronnen
druipt een verdrietige toon. voorbij
vol wijn vlogen neuriënde ogen

oh oor o hoor

maar eentonig het eenzame zingt
de dag breekt en de nacht smelt
de zon en de maan gaan heen
het woord zingt alleen

Oh oor o hoor

- Lucebert 1924-1995



*

Dichters muzikanten - op de oude tweesprong
komen zij elkaar tegen, namen spellend van sterren
en stenen, of fluitend op halmen, psalmen van krekels

elkander bekijkend de maat nemend aansprekend
zelfs even omhelzend, onwennig bewogen, en delen
als eenmaal hun ogen hun oren hun oorsprong hun kelen

tot de mijlpaal weer weg wijst, de tijd zich
weer inhaalt, de stilstand zich opbreekt, de twee
sprong zichzelf blijft, het trefpunt voorgoed
het ogenblik inblijkt naneuriet nawuift -

- Gerrit Kouwenaar 1923-2014

Kil

De herfst wordt nu kil.

De meeste bomen houden hun groen vol,
maar de berken, van vorm en tint toch al ijl,
slinken tot geesten.

Hun schemerende skeletten zijn behangen
met dunne gouden munten waar de zon doorheen schijnt,
versleten dukaten die zullen
vallen op vochtige hollandse zandgrond.

- Hans Andreus 1926-1977



Afscheid Yasmin

Sommige van jullie zullen het al horen waaien hebben , maar Yasmin de ergotherapeute en lid van team wonen en leven zal Nottebohm na 11 prachtige jaren helaas verlaten. Sinds ze in september 2024 de stap maakte om te verhuizen naar Lommel in Limburg, pendelde ze elke dag heen en weer naar het haar vertrouwde werkplek. Maar zoals iedereen weet zijn er vaak stakingen of andere belemmeringen bij de NMBS en dit eiste na een tijdje zijn tol. Ze heeft een jobaanbieding gekregen in Lommel zelf en moest de hartbrekende beslissing maken om Nottebohm achter te laten en een nieuw avontuur te beginnen.



We wuiven haar **vrijdag 31 oktober** uit en wensen haar het allerbeste in het verre Limburg. Zij zal jullie persoonlijk nog een bezoekje komen brengen die dag om afscheid te nemen.

Woorden van Yasmin zelf :

Na 11 prachtige jaren met veel passie en inzet te hebben gewerkt als ergotherapeute in het WZC Nottebohm, heb ik met gemengde gevoelens besloten om mijn carrière pad een nieuwe richting te geven. Sinds mijn verhuizing naar Limburg is de dagelijkse afstand tussen mijn huis en het woonzorgcentrum een steeds grotere uitdaging geworden. Dit heeft me doen nadenken over hoe ik zowel mijn professionele werk als mijn persoonlijke situatie op een evenwichtige manier kan blijven combineren. Het was geen gemakkelijke beslissing om het vertrouwde, warme nest van WZC Nottebohm achter me te laten. Deze familiale privé-instelling heeft mijn hart gestolen door de manier waarop bewoners echt centraal staan en de hechte, zorgzame gemeenschap die er heerst. Het is pijn in het hart dat ik afscheid neem na 11 jaar, en ik wens mijn opvolger alle succes en voldoening in deze bijzondere rol. Je komt in het geweldige team van Wonen en Leven terecht , het hart van Nottebohm waar altijd een stukje van mijn hart zal blijven. Ik zal iedereen enorm missen. De collega's , bewoners en vrijwilligers zijn vrienden voor het leven geworden en dat laat je niet zomaar achter. Dit maakte deze keuze heel moeilijk , maar soms moet je in het leven een sprong wagen en die nam ik met een bang hartje om het nieuws aan iedereen te vertellen te Nottebohm. Dit is misschien goededag , maar zeker geen vaarwel. Je gaat me nog zien, geen twijfel aan. 😊

Groetjes Yasmin

Informatief

Bewonersraad maandag 6 oktober om 14u30 in de Nottebohmzaal

Iedereen welkom

Familieraad dinsdag 7 oktober om 14u30 in de Nottebohmzaal

Laat je even weten of je er bij kan zijn? Socialdienst@nottebohm.be – 03/2591815



De Audioloog van Mobiele zorggroep komt langs op 13 november



Wist u dat?

In België kampt één op de tien mensen met gehoorverlies. Deze problemen variëren van minder goed horen van bepaalde tonen tot het helemaal niet meer verstaan van gesprekken. Gehoorverlies kan plotseling of geleidelijk ontstaan en zowel jongeren als ouderen kunnen gehoorverlies ondervinden.

Voor wie?

De Mobiele Zorggroep staat klaar voor mensen die niet of minder mobiel zijn maar ook voor iedereen die zijn gehoor wenst te testen. De audiologe komt ter plaatse in het woonzorgcentrum/serviceflat, waardoor geen verplaatsing vereist is. Wij raden aan om het gehoor testen als er één of meerdere klachten zich voordoen bij onderstaande situaties:

- Moet de televisie luider staan om alles goed te kunnen horen?
- Moet er vaak om herhaling gevraagd worden tijdens een gesprek?
- Wordt het moeilijker om te telefoneren?
- Is actief deelnemen aan een gesprek moeilijker?
- Merkt de directe omgeving dat meneer/mevrouw minder goed hoort?

Welke voordelen bieden een gehoortest aan huis aan?

- Volledig gratis proactief gehoortest (preventie)
- Erkend audiologe (RIZIV-nummer)
- Vrijblijvend, deskundig advies
- Vrijblijvende proefperiode om hoortoestellen uit te proberen
- Goede service en garantie

We werken samen met de zorginstelling waar u of uw familielid verblijft en brengen u met dit schrijven op de hoogte van onze diensten die een aanvulling zullen zijn op de huidige diensten van de zorginstelling. Wenst u een gehoortest voor meneer/mevrouw dan vragen wij u de inschrijvingsstrook in te vullen en aan het onthaal van de WZC af te geven. En uw aanwezigheid is zeer welkom en gevraagd maar niet verplicht. **De aanwezigheid van familie/mantelzorgers is gevraagd bij bewoners die ondersteuning nodig hebben bij het nemen van beslissingen omdat de afspraken rechtstreeks met de bewoner of zijn familie verlopen.**

**Voor verdere vragen staan we steeds tot uw dienst info@mobielezorg.be
0484785914**

**Interesse ? Vul deze onderstaande strook in en geef ze af een
de receptie voor 27 oktober**



Inschrijvingsstrook voor de gratis gehoortest

Opgelet – zij doen tijdens de hoor screening **geen aanpassingen/bij regelingen van hoortoestellen elders aangekocht**, ze doen enkel hoor screening voor bewoners die gehoorproblemen ondervinden.

Persoonlijke gegevens:

Naam en voornaam:

Geboortedatum: / /

Kamernummer:

Contactgegevens (familie of bewindvoerder)

-Naam:

-Email:

-Telefoon of gsm:

-Adres:

Vragenlijst voor de audiologe:

Ondervindt meneer/mevrouw problemen met het verstaan van andere personen? O ja O nee

Zo ja, hoe lang al?

In bijzondere omstandigheden: op televisie, in lawaai, in groepsgesprek?

Heeft meneer/mevrouw last van luide geluiden? O ja O nee

Heeft meneer /mevrouw ooit een gehoortest gehad? O ja O nee

Heeft meneer /mevrouw hoorapparaten? O ja O nee

Zo ja, hoeveel jaren is deze in gebruik?

Bevestig de deelname van meneer/mevrouw en uw aanwezigheid:

Ik onderteken hierbij dat meneer/mevrouw

..... zal deelnemen aan de gehoortest.

Ik bevestig hierbij ook mijn aanwezigheid O ja O nee

De aanwezigheid van familie/mantelzorgers is gevraagd bij bewoners die ondersteuning nodig hebben bij het nemen van beslissingen omdat de afspraken rechtstreeks met de bewoner of zijn familie verlopen.

Bij het vaststellen van oorproppen vragen wij u alvast een afspraak met een NKO-arts te maken, dit geldt tevens ook indien u een proefperiode met gehoortoestellen van bij ons wenst uit te proberen.

De proefperiode met gehoortoestellen zal bij ons minimaal 4 weken duren

De Meander

Opgelet: dit is de kalender van de Meander

de kalender voor het WZC vind je achteraan in deze krant

Dag	Datum	Activiteit	
Woensdag	1/okt	VM	koffie, krant, gezelschapsspel
		NM	Herfstwandeling
Donderdag	2/okt	VM	koffie, krant, bewegingsgroep
		NM	Turnen op muziek
Vrijdag	3/okt	VM	Koffie, krant en gezelschapsspel
		NM	Wafels bakken
Maandag	6/okt	VM	Koffie, krant, gezelschapsspel, wegen
		NM	Verjaardag Gerrit
Dinsdag	7/okt	VM	Koffie, krant, bewegingsgroep, wegen
		NM	Parachutespel
Woensdag	8/okt	VM	Koffie, krant, gezelschapsspel, wegen
		NM	Verjaardag Omer
Donderdag	9/okt	VM	Koffie, krant, gezelschapsspel, wegen
		NM	Hoger, lager
Vrijdag	10/okt	VM	Koffie, krant, gezelschapsspel, wegen
		NM	Kletsnamiddag met koffie
Maandag	13/okt	VM	Koffie, krant en gezelschapsspel
		NM	Liedjes uit de oude doos
Dinsdag	14/okt	VM	Koffie, krant, gezelschapsspel en beweging
		NM	Appelcake bakken
Woensdag	15/okt	VM	Koffie, krant en gezelschapsspel
		NM	Bingo met een prijsje
Donderdag	16/okt	VM	Koffie, krant, gezelschapsspel en beweging

		NM	Spinnenspel
Vrijdag	17/okt	VM	Koffie, krant, gezelschapsspel
		NM	Kookdag
Maandag	20/okt	VM	Koffie, krant en gezelschapsspel
		NM	Herfsstukje maken met stagiaire
Dinsdag	21/okt	VM	Koffie, krant, gezelschapsspel en beweging
		NM	Sjoelen
Woensdag	22/okt	VM	Koffie, krant en gezelschapsspel
		NM	Knutselen: thema Halloween
Donderdag	23/okt	VM	Koffie, krant, gezelschapsspel en beweging
		NM	Pompoenpannenkoeken
Vrijdag	24/okt	VM	Koffie, krant en gezelschapsspel
		NM	Gebruikersoverleg met koffie en gebak
Maandag	27/okt	VM	Koffie, krant, gezelschapsspel
		NM	Griezelpompoensoep
Dinsdag	28/okt	VM	Koffie, krant en gezelschapsspel
		NM	Indoorbasket
Woensdag	29/okt	VM	Koffie, krant, gezelschapsspel
		NM	Woordspel rond Halloween
Donderdag	30/okt	VM	Koffie, krant, bewegingsgroep
		NM	Popcorn
Vrijdag	31/okt	VM	Koffie, krant, gezelschapsspel
		NM	Film: Halloween



Foyer

Voor de bewoners van de Foyer op 2B is er een activiteitenprogramma afgestemd op de bewoner. Beweging, rust, koken, muziek, creativiteit, quizen, praten over weleer,... er valt altijd wel wat te beleven.

Vanuit de foyer nemen bewoners ook deel aan activiteiten die elders in het woonzorgcentrum doorgaan. Maandelijks komt Frank met zijn accordeon.

Bezoek aan KMSKA



In de buurt

Activiteiten Buurtkring Hertoghe

Handwerkclub

elke dinsdag om 15u00 in de Brabozaal Nottebohm Wzc

Aquarellen met Frank

Vrijdag 10 & 24 oktober om 15u00 in de Ceder

Koffie Hertoghe vrijdag 31 oktober om 15u00 in Café Biart Nottebohm Wzc

Omdat koffie met gebak de ideale manier is om een gezellig bij te kletsen met de burens en nieuwe mensen te leren kennen.

Vrijdag 3 oktober om 18u00 – kaas & wijn avond in Café Biart Nottebohm Wzc

Helaas de inschrijvingen hiervoor zijn reeds afgesloten.

Activiteiten VI@s

Ook deze maand zullen de Vlaamse actieve senioren een aantal activiteiten in Nottebohm laten doorgaan.

Opgelet de activiteiten beginnen stipt om 14u00.

Wil u meedoen aan één van deze activiteiten, laat het dan weten aan Inge.

Woensdag 8 oktober 2025 14u – Nottebohmzaal / Geschiedenis van de prostitutie in onze steden – Diane De Keyzer

In 'Quel Bordel' leidt auteur Diane De Keyzer u door straten van plezier en huizen van vertier. De tocht start lang geleden en in verre oorden aan de wieg van onze cultuur, daar waar ooit de eerste sekswerkster haar job deed en voor liefde betaald werd.

Verneem hoe de prostituee niet het oudste beroep ter wereld heeft.

U loopt verder langs de geschiedenis en de stomende stoven van onze steden. Daar waar de zinnen zinderen, houden we halt, om kennis te maken met de vrouwen die men in de Middeleeuwen ledighe vrouwen, lichtwiven, lichtekooien of hoeren noemde.

Maak kennis met straatmadelieven en courtisanes, maar ook met bordeelmadames, koppelaarsters en pooiers. Geen prostitutie zonder vraag, dus de klant komt ook in beeld.

Woensdag 15 oktober Leesclub – Nottebohm * Brabozaal

We gaan samen lezen: een tekst uit een boek, een tijdschrift etc. We gaan genieten van literatuur en verhalen, ons sterker maken door de schoonheid in literaire teksten en uiteraard kunnen we dan onze emoties aan mekaar vertellen.

Vrijdag 24 oktober 2025 : Muziekclub – Het leven en de werken van Peter Tsjaikovski – Nottebohm * Nottebohmzaal

Tijdens deze muzieknamiddag gaan we het leven en het omvangrijk oeuvre van deze gekende Russische componist beter leren kennen. Wij trachten hierbij minder bekende stukken van hem te laten horen van zowel balletten, symfonieën, ouvertures, concerten, kamermuziek en pianostukken.

Maandag 27 oktober 2025: Voordracht – Goya – Nottebohm * Café Biart

Onze Gids Machteld De Schrijver, die ons zal gidsen in november op de tentoonstelling over Goya geeft een voorbereidende voordracht over deze bekende kunstschilder. Zijn leven, zijn werk en zijn leeftijds- genoten en de historische context in die periode.

Activiteiten Parkinsonliga

Parkinson Contactgroep “Groot Antwerpen” bijeenkomsten in Nottebohm Wzc

Info of interesse in activiteiten van de [Parkinson Contactgroep](#)

Coene Maria, GSM 0499 18 68 81 of mail coenemaria@telenet.be

Raymond Thilemans, GSM 0475 42 52 29 of ray.thilemans@parkinsonliga.be



Foto's buurtkring





120. DE BEENHOUWER.

20-09-2025

In mijn dorp in de jaren vijftig van de vorige eeuw kon je een heel leven blijven wonen zonder iets tekort te komen. Er waren een bakker, een elektricien, een kleermaker, een postkantoor, een bank, een kapper, alles wat je nodig had om goed te leven en plezierig te roddelen. De sfeer was warm, mensen kenden elkaar en hielpen waar ze konden. Een pientere lezer mist misschien de beenhouwer in dit rijtje. Dat laat ik bewust weg want ik heb het hier niet over rundsvlees, charcuterie en pens, maar over de tandarts.

Iedereen kende hem in ons dorp. Als hij uit zijn kabinet kwam en brulde: "De volgende!", dan stond hij daar in een witte doktersjas vol bloedvlekken alsof hij net een rund had geslacht. Zijn bijnaam was dan ook 'de beenhouwer'. Hij vulde geen gaatjes, poetste geen tanden, neen, hij trok ze! En hoe? Soms stond hij letterlijk met zijn knie op de patiënt om extra kracht te zetten. Eigenlijk had hij beter de naam 'beul' gekregen. Ik ben ook een paar keer bij hem moeten langsgaan. Liever de beul dan die vreselijke, onhoudbare tandpijn. Ik heb het overleefd, maar niet zonder een paar keer van mijn stokske te gaan.

Mensen waar ook ter wereld hebben of hadden ooit tandpijn. Ik ken geen uitzonderingen, maar dat wil niet zeggen dat er misschien ongelooflijke gelukzakken op onze wereld rondlopen. Nu, in het jaar 2025, ligt een tandartsenkabinet er steriel, strak en futuristisch bij. De tandarts draagt een smetteloze outfit en is de minzaamheid zelve. Met bonkend hart, een zakdoek in mijn klamme hand, mijn kaak en tong verdoofd en met een plastic haakje achter mijn tanden lacht hij me toe. Ik grijns terug.

Dat haakje sabbelt alle speeksel uit mijn mond, slikken is een marteling. Met toegeknepen ogen focus ik op het muziekje op de achtergrond. De boor doet zijn werk. Als ik eufes één oog open, zie ik recht in het behaarde neusgat van mijn verlosser. (hoe dat kwam, het beeld is er). En dan klaar is kees. Hij glimlacht zuinig bij het afrekenen en noemt een bedrag waar mijn portemonnee pijn van krijgt. Als dan ook nog blijkt dat ik nog vijf keer moet terugkomen en mijn volgende afspraak binnen veertien dagen werd genoteerd dan moet mijn spaarrekening zich gaan opmaken voor de slacht.

Pas de volgende ochtend merk ik dat mijn kaak nog altijd gezwollen is en pijn doet. Had ik toch wel aan de binnenkant van mijn kaak zitten knabbelen uit frustratie zeker! Dom... dom... dom... Ik hoop stiekem dat niemand échte tanden krijgt, alleen porseleinen parels: glanzend, volmaakt en onaantastbaar. Een wereld waarin tandartsen massaal kunnen gaan doppen en andere wegen moeten bewandelen om aan de kost te komen.

Extra: - "Papa, hoeveel tandpasta zit er in een tube?"

"Dat weet ik niet, jongen."

"Ikke wel, van de badkamer naar de slaapkamer, driemaal rond het bed en terug naar de badkamer."

YouTube: Tip: Het is altijd lente in de ogen van de tandartsassistente – Peter de Koning.

©FRIEDA GOOVAERTS 2025. ALLE RECHTEN VOORBEHOUDEN

September in beeld

Nottebohm enkele foto's werden genomen door onze
onze huisfotografe Lutgarde Stoffels



Bruegel buffet









Straatfeest



Allerlei



Touristentram



Maandmenu

2025 WEEK 40	MAANDAG 29-9-2025	DINSDAG 30-9-2025	WOENSDAG 1-10-2025	DONDERDAG 2-10-2025	VRIDAG 3-10-2025	ZATERDAG 4-10-2025	ZONDAG 5-10-2025
ONTBIJT	smeerk kaas keuze uit zoet beleg	salami keuze uit zoet beleg	platte kaas keuze uit zoet beleg	banana keuze uit zoet beleg	oniellet keuze uit zoet beleg	rozijnenbrood keuze uit zoet beleg	koffiekoek keuze uit zoet beleg
SOEP	groentensoep	venkisoep	groentenbouillon	aardappelsoup	kippensoep	paprikasoup	kervelsoep met ballen
MIDDAGMAAL	hamrolletje met willoof aardappelpuree	varkenslapje mosterdsaus snijboontjes gebakken aardappelen	kippenbout jagersaus slaafje frietjes	slavink vleesjus rode kool met appel gekookte aardappelen	tagliatelle met zalm broccoli	cordon blue ratatouille gekookte aardappelen	gebraad champignonsaus groentekrans aardappelgratin
ALTERNATIEF MENU	kip kaloneas gebakken rijst						
DESSERT	roomijs	pudding	fruit	speculaas crème	griesmeel	peerfles	gebak
AVONDMAAL	pastرامي avonddessert	hot dog's avonddessert	surimissalade avonddessert	kippenwit avonddessert	kop met mosterd avonddessert	pillasalade avonddessert	brise avonddessert
2025 WEEK 41	MAANDAG 6-10-2025	DINSDAG 7-10-2025	WOENSDAG 8-10-2025	DONDERDAG 9-10-2025	VRIDAG 10-10-2025	ZATERDAG 11-10-2025	ZONDAG 12-10-2025
ONTBIJT	smeerk kaas keuze uit zoet beleg	gekookte ham keuze uit zoet beleg	platte kaas keuze uit zoet beleg	chocolade keuze uit zoet beleg	eijsje keuze uit zoet beleg	sukkerbrood keuze uit zoet beleg	koffiekoek keuze uit zoet beleg
SOEP	knolseldersoep	wortelsoep	julienesoep	zoete aardappelsoup	tomatensoep	groentesoup	pompoensoep
MIDDAGMAAL	spaghetti bolognaise gemalen kaas	varkenslapje vleesjus gestoofde erwten gebakken aardappelen	kipfilet pepersaus slaafje frietjes	boomstamneke vleesjus gestoofde knolselder gekookte aardappelen	visfilet botersaus spinaziepuree	lamsburger tjmsaus schorseneren in witte saus gekookte aardappelen	kaikensteak champignonroomsaus gestoofd willoof aardappelkroketten
ALTERNATIEF MENU	vogelnestje tomatensaus gestoofde boontjes aardappelpuree						
DESSERT	roomijs	pudding	fruit	vanillecrème	rijstap	krieken	gebak
AVONDMAAL	pastرامي avonddessert	macaroni met ham en kaas avonddessert	roze garnalsalade avonddessert	Parijsse worst avonddessert	Gouda kaas avonddessert	kip curry avonddessert	pachka chocolade avonddessert

2025 WEEK 42	MAANDAG 13-10-2025	DINSDAG 14-10-2025	WOENSDAG 15-10-2025	DONDERDAG 16-10-2025	VRIDAG 17-10-2025	ZATERDAG 18-10-2025	ZONDAG 19-10-2025
ONTBIJT	Babybel keuze uit zoet beleg	Gouda kaas keuze uit zoet beleg	platte kaas keuze uit zoet beleg	peperkoek keuze uit zoet beleg	omelet keuze uit zoet beleg	chocoladebrood keuze uit zoet beleg	koffiekoek keuze uit zoet beleg
SOEP	tomatensoep	venkelsoep	courgettesoep	aardappelsoup	bloemkoolsoep	preisoep	kippensoep
MIDDAGMAAL	vol-au-vent gestoofde boontjes aardappelpuree	blinde vink vleesjus wortelpraktatjes	hamburger bearnaisesaus tomaat in de oven frietjes	schnitzel ratatouille gebakken aardappelen	gebakken visfilet tartarsaus komkommer met dille aardappelpuree	braadworst vleesjus andijvie in roomsaus gekookte aardappelen	Ardeens gebrad pepersaus erwten en wortelen duchesse aardappeltjes
ALTERNATIEF MENU	kip likka massala groentenrijst						
DESSERT	roomijs	pudding	fruit	kokosmousse	griesmeel	lychees	gebak
AVONDMAAL	blaasham avonddessert	croque monsieur avonddessert	tonijnsla avonddessert	kippenwit avonddessert	cheddar avonddessert	eibieslooksalade avonddessert	camambert avonddessert
MAANDAG 20-10-2025	DINSDAG 21-10-2025	WOENSDAG 22-10-2025	DONDERDAG 23-10-2025	VRIDAG 24-10-2025	ZATERDAG 25-10-2025	ZONDAG 26-10-2025	
Gouda kaas keuze uit zoet beleg	gekookte ham keuze uit zoet beleg	platte kaas keuze uit zoet beleg	banaan keuze uit zoet beleg	elje keuze uit zoet beleg	rozijnenbrood keuze uit zoet beleg	koffiekoek keuze uit zoet beleg	
uilensoep	gevogeltesoep	juliennessoep	tomatensoep	courgettesoep	knolseldersoep	kervelroomsoep met balliekes	
kipfilet kerriesaus groentencurry nasi goreng	rundslapje vleesjus stampot met snijboontjes	kippenbout jagersaus rauwkostslaafje frietjes	blinde vink vleesjus gestoofde knolselderblokjes gebakken aardappelen	visfilet meunière Hollandse saus wortelpraktatjes	varkenslapje vleesjus bloemkool in witte saus gekookte aardappelen	vleesbrood vleesjus appelmoes aardappelpkroketten	
roomijs	pudding	fruit	hamburger peperroom boontjes aardappelpuree mokka-mousse	rijstpap	ananasstukjes	gebak	
blaasham	kaaskroket	Griekse paddestoelensalade	kippenwit met tuinkruiden	Kipsla Hawai	Maasdam kaas	boerenpaté	
avonddessert	avonddessert	avonddessert	avonddessert	avonddessert	avonddessert	avonddessert	

2025 WEEK 44	MAANDAG 27-10-2025	DINSdag 28-10-2025	WOENSDAG 29-10-2025	DOENSDAG 30-10-2025	VIJFDAG 31-10-2025	ZATERDAG 1-11-2025	ZONDAG 2-11-2025
							
ONTBIJT	smeerkaas keuze uit zoet beleg	ontbijtbuffet	platte kaas keuze uit zoet beleg	chocolade keuze uit zoet beleg	omelet keuze uit zoet beleg	suikerbrood keuze uit zoet beleg	koffiekoek keuze uit zoet beleg
SOEP	venkelsoep	preisoep	tomatensoep	champignonsoep	heksenkooksel	biernkool	paprikasoep
MIDDAGMAAL	Jerk kipfilet Jerksaus broccoli gebakken aardappelen	hamburger vleesjus erwten en wortelen gekookte aardappelen	gehakt balletjes tomatensaus rauwkostensalade frietjes	Hongaarse goulash groentenslijst	krokante spookvingers loverzaif oranje spoken slurry	kalfoensteak vleesjus spinazie met room gekookte aardappelen	varkensgebraad mosterdsaus gestoofde boontjes kroketten
ALTERNATIEF MENU				kip kantonnes gemengde groenten basmatirijst			
DESSERT	roomijs	pudding	fruit	straciatella mousse	griesmeel met vampierenbloed	platte kaas met fruitcocktail	gebak
AVONDMAAL	filet d'Anvers avonddessert	quiche avonddessert	tonijnsalade avonddessert	kalbworst avonddessert	Gouda kaas avonddessert	vleessalade avonddessert	carneribert avonddessert

Activiteitenkalender Oktober– Scheur hem af en hang hem op.

Dag	datum	uur	activiteit	
Woensdag	1 okt	10u30 14u30	Actua * Nottebohmzaal Smul * Café Biart	
Donderdag	2 okt	10u45 14u00	Bewegingsgroep * Café Biart Opera: Carmen Habanera muziek deel 1 *Brabozaal	
Vrijdag	3 okt	10u45 14u30	Eucharistie *Café Biart Zingen * Nottebohmzaal	
Maandag	6 okt	10u30 14u30 14u30	Documentaire : Liliane Van België *Brabozaal Spelnamiddag café Biart Bewonersraad * Nottebohmzaal	
Dinsdag	7 okt	10u45	Bewegingsgroep *Café Biart	
Woensdag	8 okt	10u30 14u00 14u30	Actua *Nottebohmzaal Lezing Vl@s : Geschiedenis van de prostitutie in onze steden – Diane De Keyzer *Café Biart Smul & café * Nottebohmzaal	
Donderdag	9 okt	14u30	Documentaire Planet Earth *Nottebohmzaal De Rode kruisbib komt bij je langs	
Vrijdag	10 okt	10u45 14u30	Eucharistie *Café Biart Virtuele wandeling Antwerpen : door de Koekenstad * Nottebohmzaal	
Maandag	13 okt	10u30 14u30	Klassieke muziek * Nottebohmzaal Spelnamiddag * Café Biart	
Dinsdag	14 okt	15u00	Handwerkclub * Brabozaal	
Woensdag	15 okt	10u30 14u00 14u30	Actua met Wannes * Nottebohmzaal Leesclub Vl@S Brabozaal Smul * Café Biart	
Donderdag	16 okt	10u45 13u15	Bewegingsgroep * Café Biart Vertrek uitstap Brouwerij de Koninck	
Vrijdag	17 okt	10u45	Eucharistie * Café Biart	
Zondag	19 okt	11u30	Bistrot	
Maandag	20 okt	10u30	Virtueel bezoek van Eyck museum *	

			Brabozaal	
		14u30	Spelnamiddag * Café Biart	
Dinsdag	21 okt	10u45	Bewegingsgroep	
		15u00	Handwerkclub * Brabozaal	
Woensdag	22 okt	10u30	Actua met Wannes * Nottebohmzaal	
		14u30	Smul * Café Biart	
Donderdag	23 okt	10u45	Bewegingsgroep *Café Biart	
		14u00	Deel 2 Opera : Carmen Habanera muziek	
Vrijdag	24 okt	10u45	Eucharistie * Café Biart	
		13u15	Vertrek Spookwandeling Antwerpen	
		14u00	Muziekclub VI@S * Nottebohmzaal	
Maandag	27 okt	10u30	Zingen * Nottebohmzaal	
		14u00	Voordracht – Goya VI@S * Café Biart	
		14u30	Spelen & Café * Nottebohmzaal	
Dinsdag	28 okt	8u30	Ontbijtbuffet	
		15u00	Handwerkclub * Brabozaal	
Woensdag	29 okt	10u30	Actua met Wannes * Nottebohmzaal	
		14u30	Smul * Café Biart	
Donderdag	30 okt	10u45	Bewegingsgroep * Café Biart	
		14u30	Quiz * Nottebohmzaal	
Vrijdag	31 okt	10u45	Eucharistie in Café Biart	
		13u-	Yasmin komt persoonlijk afscheid nemen op	
		15u00	de kamers (laatste werkdag)	
		15u00	Koffie Hertoghe	
Maandag	3 nov	10u45	Allerzielenviering 2025 * Café Biart	
		12u00	Koffietafel voor familie overledenen	
		14u30	Bingo *Café Biart	
Dinsdag	4 nov	10u45	Bewegingsgroep *Café Biart	
		15u00	Handwerkclub * Brabozaal	

Data om reeds in je agenda te zetten

Vrijdag 21 november: Modeshow + kledingverkoop

Dinsdag 2 december: ontbijtbuffet

Zaterdag 13 december : Wintermarkt

Vrijdag 19 december: schoenenverkoop Zapatta

Donderdag 25 december: kerstdiner