

A fluffy white duckling is the central focus, looking slightly to the left. It is surrounded by green grass and yellow flowers, possibly dandelions. The bottom portion of the image is overlaid with a decorative pattern of interlocking triangles in shades of yellow and orange.

**INFOKRANT**  
**DIENSTENCENTRA**

April 2021

# Contactgegevens



## Dienstencentrum Ter Wezel

Achter d'Hoven 65

2990 Wuustwezel

03 667 61 58

[ldcterwezel@wuustwezel.be](mailto:ldcterwezel@wuustwezel.be)

### Openingsuren:

- Ontmoetingsruimte:
  - Elke werkdag van 8.30 tot 16.30 u
- Kantoor:
  - Ma, woe, do en vrij van 8.30 tot 12.00 u & van 13.00 tot 16u30 u
  - Dinsdag van 8.30 tot 12.00 u namiddag enkel op afspraak



## Dienstencentrum Wijkhuis

Brechtseweg 29

2990 Wuustwezel

03 236 58 69

[ldcwijkhuis@wuustwezel.be](mailto:ldcwijkhuis@wuustwezel.be)

### Openingsuren:

- Ma, di, wo, do van 9.00 tot 16.30 u
- Vrij van 9.00 tot 15.30 u (uitgezonderd bij bingo en festiviteiten)

**In het weekend en op feestdagen zijn beide dienstencentra gesloten.**

[www.wuustwezel.be/dienstencentra](http://www.wuustwezel.be/dienstencentra)

[www.wuustwezel.be/vormingspunt](http://www.wuustwezel.be/vormingspunt)

[www.facebook.com/dienstencentrawuustwezel](https://www.facebook.com/dienstencentrawuustwezel)

Lieve, geduldige infokrantlezers,

April; grillig maar hoopgevend! De zomer is in aantocht en we worden af en toe al getrakteerd op wat zonnestralen; die portie vitamine D is welkom!



Tijd voor een lenteschoonmaak, vogels maken hun nestjes en de natuur neemt een herstart... Ook in onze dienstencentra woedt de lente!



Enkele “vogeltjes” spreiden hun vleugels en gaan andere horizonten verkennen, maar we verwelkomen ook nieuwelingen in ‘ons nestje’: lees zeker even verder wat er te gebeuren staat.

Mooier weer nodigt ook meer uit om te bewegen en laat dat nu net zijn waar ‘de week van de valpreventie’ extra aandacht voor vraagt.

Ook schenken we graag aandacht aan onze nieuwe samenwerkingspartner die mensen begeleidt bij het verlies van hun dierbaren; hierover ook meer in deze infokrant.



Verder trakteren we nog op meer lees-, kook- en puzzelplezier!

Zorg goed voor jezelf en voor elkaar! Tot binnenkort, ergens op ons terras? 😊

Team LDC Ter Wezel & LDC Wijkhuis



## INFO



## Sluitingsdagen

Op **maandag 5 april** zijn beide dienstencentra **gesloten** (Paasmaandag).

Week van de valpreventie (19-25 april) – enkele tips

## Blijf in beweging, doe het veilig!

### Blijf fit en actief!

- Probeer zoveel mogelijk te bewegen, alle beetjes helpen.
- Zit niet te lang stil, sta na 20 à 30 minuten even recht.
- Beweeg het grootste deel van je dag licht intensief: bv. staand computeren, licht huishoudelijk werk, stappen ...
- Beweeg daarnaast dagelijks een stukje matig intensief. In totaal 150 minuten per week is ideaal: bv. fietsen, tuinieren ...
- Oefen wekelijks je evenwicht, lenigheid en spierkracht. Voorbeeldoefeningen vind je op [www.valpreventie.be](http://www.valpreventie.be).
- Bewegen helpt je om gezond te blijven en beter te slapen. Hoe je best start, geeft de bewegingsdriehoek helder weer ([www.gezondleven.be](http://www.gezondleven.be)).

Een op de drie 65-plussers valt minstens één keer per jaar. Zo'n valpartij heeft vaak nare gevolgen. Vermijd valincidenten: volg onze tips, wees actief maar doe het op een veilige manier!



### Verzorg je voeten

- Draag makkelijke schoenen in de juiste maat en die je voet omsluiten. De zool is best plat (zonder hakje) en met profiel zodat je niet kan uitglijden.
- Loop niet op blote voeten of kousen.
- Laat voetproblemen behandelen (bv. eelt, ingegroeide nagels).



### Kijk uit met je ogen

- Draag een bril als het nodig is.
- Hou je bril proper en steeds binnen handbereik.
- Ga jaarlijks naar de oogarts.



### Let op met medicijnen

- Bespreek het gebruik van medicijnen met je huisarts, ook als het gaat over pijnstillers.
- Vermijd kalmeer- en slaapmiddelen.

### Voorkom duizeligheid bij het rechtstaan

- Sta rustig recht uit je bed of zetel.
- Haast je niet naar de bel of de telefoon.
- Ben je vaak duizelig? Praat erover met je huisarts.



# Niet alleen met je rouw – samenwerking met Coda Rouwzorg

Door gesprekken die we hadden met inwoners van Wuustwezel, tijdens de coronapandemie maar ook daarvoor, merkten we dat het gemis van een overleden dierbare echt heel zwaar kan wegen, ook nog jaren na een overlijden. En hoeveel steun je ook krijgt van familie of vrienden, soms kan het gewoon echt deugd doen om te spreken met een groep van lotgenoten of met een gespecialiseerde buitenstaander.

Daarom gaan wij vanaf nu met Coda Rouwzorg samenwerken. Zij hebben hiermee veel ervaring en werken met een psychologe en gespecialiseerde vrijwilligers om rouwendenden ondersteuning te bieden via verschillende initiatieven. Daarom is Coda Rouwzorg voor ons de ideale partner voor deze samenwerking.

In de 4 afbeeldingen hieronder vind je een korte uitleg over de verschillende mogelijkheden. Wil je meer informatie, bel dan naar LDC Ter Wezel (03 667 61 58) of naar LDC Wijkhuis (03 236 58 69) en dan helpen we je graag verder.

## Individuele gesprekken

Tijdens deze 1-op-1-gesprekken met een psychologe of een getrainde rouwzorg-vrijwilliger krijg je de gelegenheid om over je verlieservaring te praten en om alle emoties en gedachten die daarmee samenhangen, te uiten en te delen.

- Max. 6 sessies.
- Ook tijdens de coronacrisis.
- Gratis, een vrijwillige bijdrage is welkom.

## Rouwwandelingen

Om lotgenoten de kans te geven om elkaar op een gezellige en ongedwongen manier te ontmoeten, worden er sinds maart 2020 maandelijks rouwwandelingen georganiseerd. Iedereen is welkom, ook als je gewoon in stilte mee wilt wandelen.

- Iedere laatste zondag van de maand.
- Op wisselende locaties.
- Lengte wandeling: 5 à 7 km.
- Ook tijdens de coronacrisis.
- Gratis, een vrijwillige bijdrage is welkom.
- Inschrijving is verplicht.

## Informatieve lezingen

Er wordt aandacht besteed aan de verschillende facetten van het rouwproces en worden er suggesties aangereikt om met je rouw om te gaan.

- Op wisselende locaties.
- Ongeveer 1x per 3 maanden.
- Gratis, een vrijwillige bijdrage is welkom.
- Inschrijving is verplicht.
- Niet mogelijk tijdens de coronacrisis.

## Groepsgesprekken

In een kleine groep van lotgenoten worden onder begeleiding van 2 rouwzorgvrijwilligers verschillende thema's over rouw en verlies besproken.

- Max. 8 personen per groep.
- 7 sessies + 1 terugkomdag, verspreid over verschillende maanden.
- Gratis, een vrijwillige bijdrage is welkom.
- Inschrijving is verplicht.
- Niet mogelijk tijdens de coronacrisis.



# Enquête rouwzorg

> Om ons aanbod zo goed mogelijk op de behoeften in Wuustwezel af te kunnen stemmen, zouden we je willen vragen om deze korte enquête over rouwzorg in te vullen. Dat kan door het ingevulde blad bij een van de dienstencentra in de bus te steken of digitaal door onderstaande QR-code te scannen. Alvast bedankt voor je medewerking aan dit project!



## 1. Heb je zelf momenteel behoefte aan rouwzorg?

- Ja
- Ja, maar het is nog net iets te vroeg voor mij nu
- Nee

## 2. Aan welke activiteiten zou jij willen deelnemen? (steeds onder begeleiding van een psycholoog en/of gespecialiseerde vrijwilligers)

*meerdere antwoorden mogelijk*

- Individuele gesprekken
- Rouwwandelingen
- Lezingen
- Groepsgesprekken met lotgenoten
- Praatcafé
- Geen, ik verwerk het liever alleen of met de steun van vrienden/familie
- Andere, namelijk: \_\_\_\_\_

## 3. Welke thema's spreken je het meest aan?

*meerdere antwoorden mogelijk*

- Verlies van een partner
- Verlies van een kind
- Verlies algemeen
- Omgaan met een verlies na zelfmoord
- Kinderen/jongeren en rouwverwerking
- Omgaan met rouwende mensen in mijn directe omgeving
- Andere, namelijk: \_\_\_\_\_

## 4. In welke buurt woon je?

- Wuustwezel-Centrum    Gooreind    Sterbos    Braken    Loenhout

## 5. Wat is jouw leeftijd?

- <25    25-35    36-50    51-65    >65

## 6. Optioneel: wil je iets vertellen over een verlies dat je recent hebt meegemaakt?

*Indien je graag wilt dat wij jou contacteren, kun je hier je na naam en telefoonnummer of e-mailadres achterlaten. We nemen dan zo snel mogelijk contact met jou op.*

## Lisette neemt afscheid van het Wijkhuis

*Onze collega Lisette, die sinds 2018 in het Wijkhuis aan de slag was, gaat ons verlaten voor een nieuw avontuur in het zuiden van Spanje. In de onderstaande tekst vertelt zij hier jullie zelf graag wat meer over.*

### **Sueño Andaluz: een Andalusische droom die werkelijkheid wordt...**

Geluk en verdriet liggen soms dicht bij elkaar...

Geluk, omdat ik een hele grote droom kan gaan waarmaken en ik samen met mijn man ga verhuizen naar onze Spaanse thuis in het prachtige hart van Andalusië.

Verdriet, omdat ik na bijna 3,5 jaar in het Wijkhuis gewerkt te hebben, afscheid moet nemen van alle fantastische collega's, vrijwilligers en bezoekers. Het is een job die ik nog altijd erg graag doe en die inmiddels meer dan gewoon zomaar werk is. Na jarenlang in het bedrijfsleven te hebben gewerkt waar het om ging om zoveel mogelijk omzet binnenhalen, voelde het als thuiskomen om in het dienstencentrum het gelukkig maken en helpen van mensen op de eerste plaats te kunnen zetten.



### **Natuur, rust en geitenfiles in Andalusië**

Hoe fantastisch het ook is om in het Wijkhuis te werken, toch heb ik besloten om een nieuwe uitdaging aan te gaan. Niet zomaar op het vlak van werkgebied, maar een "life changing" uitdaging: na jaren dromen over een leven in Spanje, gaan we ook echt de stap wagen en er een nieuw leven opbouwen. We hebben inmiddels al meer dan 3 jaar een huis in een klein gehucht vlak bij Antequera, in het mooie hart van Andalusië. Boven op een berg met uitzicht op olijfgaarden en bergtoppen, en met het geluid van geitenbellen op de achtergrond. En ja, die geiten durven al eens voor files te zorgen, maar dat zijn files waar ik graag in sta en die ik altijd weer extra mis als ik weer eens vast sta op de ring rond Antwerpen... Maar goed, ik dwaal af 😊.

Om het kort samen te vatten, is ons huis in Andalusië, dat we trouwens "Sueño Andaluz" ofwel "Andalusische droom" hebben genoemd, ook onze echte thuis geworden. Hoe vaker we er kwamen, hoe meer ons hart brak als we weer moesten vertrekken. En zeker in het afgelopen coronajaar beseften we hoe hard we onze Spaanse thuis, de prachtige natuur en het rustigere leven daar misten. Toen Christoph zijn ontslag kreeg na 13 jaar dienst, twijfelden we helemaal niet meer en vanaf mei gaan we onze verhuis naar Spanje voorbereiden om er dan later dit jaar officieel te gaan wonen.



## **Toekomstplannen**

Onze eerste maanden daar willen we rustig starten en de tijd nemen om Andalusië nog beter te leren kennen. Ondertussen blijf ik wel online aan het werk: ik werk sinds 2019 in bijberoep als Virtual Assistant en dat kan ik gewoon blijven doen vanuit Spanje. Ook willen we een bedrijf opzetten dat het sleutelbeheer, huis- en tuinonderhoud en gastenontvangst doet voor buitenlanders met een vakantiehuis in onze regio.

En daarnaast gaan we wat extra kleine dingen doen waar we zelf gewoon heel gelukkig van worden en waar we anderen ook gelukkig mee hopen te maken, zoals olijfolie en amandelen uit onze eigen gaard verkopen bijvoorbeeld. Ook gaan we onze logeerkamer met eigen badkamer een beperkt aantal dagen per jaar verhuren. Als bijverdienste, maar ook omdat we trots zijn op ons huis en onze regio en anderen hiermee graag willen laten kennis maken. Ondertussen willen we een pleeggezin worden voor honden en katten, en wie weet later nog wel een koppel ezels 😊. Op termijn zou ik heel graag uitstapjes organiseren in onze regio zodat ook de lokale bewoners mee kunnen profiteren van het toerisme. Zij moeten momenteel heel hard werken voor weinig geld doordat de prijzen voor landbouwproducten gigantisch onder druk staan, dus ik zou heel graag een samenwerking met bijvoorbeeld de lokale geitenboer opstarten. Ik blijf nog altijd nieuwe dromen hebben dus, ook in Andalusië!



## **Afscheid van het Wijkhuis**

Mijn laatste dag in het Wijkhuis zal dinsdag 13 april zijn en ik leef met gemengde gevoelens naar die dag toe. Enerzijds sta ik te trappelen om een hele grote droom eindelijk werkelijkheid te laten worden, anderzijds ga ik het Wijkhuis, mijn werk daar en vooral alle lieve mensen die ik er heb leren kennen, ontzettend missen. Een hele grote **GRACIAS** aan:

- mijn superattente en lieve collega's;
- de warmte en de inzet van de onmisbare vrijwilligers;
- en de fantastische, actieve senioren waarvan velen een voorbeeld zijn van hoe ik oud wil worden...

Allemaal zorgen ze ervoor dat ik niet alleen graag in het Wijkhuis heb gewerkt, maar op bepaalde punten ook anders in het leven sta. Onze Andalusische droom waarmaken is echter een kans die ik gewoon niet wil laten schieten, dus het is tijd om "hasta luego" te zeggen, maar dat is zeker geen definitief "adios". Als we naar België op vakantie komen, zal ik met veel plezier nog eens binnenspringen in het Wijkhuis!

*Wil je onze Spaanse avonturen volgen? Dat kan via onze Facebook-blog: [SuenoAndaluz.LaHiguera](#). ¡Hasta luego!*

## Magd gaat op pensioen

Niet alleen Lisette gaat ons verlaten; we moeten ook afscheid nemen van onze rots in de branding Magd. Na jaren hard werken met heel veel plezier, waarvan 9 jaar in onze dienstencentra, gaat ze vanaf 1 mei genieten van een welverdiend pensioen. Jarenlang zorgde Magd ervoor dat het Wijkhuis er steeds “spic en span” uitzag. Op woensdagochtend sprong ze bij in LDC Ter Wezel. Tussen het poetsen door maakte ze steeds tijd om bezoekers en medewerkers een luisterend oor te bieden, collega's te helpen waar nodig en met haar aanstekende lach zorgde ze mee voor een positieve sfeer. En ze deed nog veel meer dan dat: zo droeg Magd haar steentje bij als vrijwilliger en maakte ze, onder andere voor Pasen, de mooiste bloemstukjes voor op de tafels en op de balie. En ook met kerst en bij veel andere gelegenheden werd het Wijkhuis dankzij haar inzet nog mooier en gezelliger dan het al was.

We gaan Magd heel hard missen, maar gunnen haar ook haar welverdiende pensioen! En iets zegt ons dat we haar in het Wijkhuis nog vaak gaan zien als bezoeker of wie weet, zelfs als vrijwilliger 😊.

***EEN HELE GROTE DANKJEWEL MAGD EN TOT BINNENKORT!!***





## Nieuwe en iets minder nieuwe gezichten

Nu onze lieve collega Lisette ons gaat verlaten, zullen we een beetje rommelen in het team van onze dienstencentra om alles op rolletjes te laten blijven lopen. Alle examens en proeven zijn inmiddels achter de rug en we geven jullie dan ook graag wat meer uitleg over onze “nieuwe” collega’s.



Evy Pacquée zal, na 1,5 jaar met veel plezier gewerkt te hebben in LDC Ter Wezel, haar krachten in LDC Wijkhuis gaan inzetten. Eerder maakten de bezoekers in Loenhout al kennis met haar talenten toen ze nog pedicure was; nu mogen zij ervaren hoe Evy zich, ondertussen bijna afgestudeerd als bachelor in gezinswetenschappen, ten volle kan inzetten voor een dienstencentrum.

Laurens Joly versterkt vanaf 15 april het team in LDC Ter Wezel. In de volgende infokrant laten we hem zeker zelf nog aan het woord, maar we kunnen alvast vertellen dat hij een krak is in zingen (kennen jullie Smout&Reuzel al?) en heel enthousiast is om mee te draaien in Wuustwezel!

We blijven dus verder bouwen aan een fijn LDC-team dat jullie steeds een warm welkom kan bieden ❤️ .



## ACTIVITEITEN APRIL

Lees hieronder alles over de diensten die we deze maand in onze dienstencentra aanbieden, ook tijdens de huidige coronamaatregelen. Aarzel zeker niet om ons te contacteren als je hiervan gebruik wilt maken of als je zelf nog leuke ideeën hebt.

### Pedicure

Prijs: € 15,00 voor 30 minuten – graag gepast betalen  
Afspraken dienen gemaakt te worden in van onze dienstencentra, ten laatste 2 werkdagen voor de datum van de behandeling.

**Dinsdag 20 april** -> **Wuustwezel (Nathalie Verellen)**

**Woensdag 14 & 28 april** -> **Wuustwezel (Nathalie Verellen)**

**Vrijdag 2, 16 & 30 april** -> **Loenhout (Eva Stuer)**



### Contactmoment wijkagent & fietsmarkering

Je kan op afspraak de wijkagent ontmoeten; we voorzien steeds 15 minuten per persoon. Je kunt tijdens deze contactmomenten bij ons terecht om kennis te maken met de wijkagent, voor gewoon een goede babbel of je kunt je fiets, rollator, scootmobiel, etc. laten markeren (meld dit ons en geef tevoren je rijksregisternummer door!)

Let wel: als je een aangifte wil doen of een klacht wil neerleggen, kan dat niet tijdens deze contactmomenten maar dien je dat op het politiebureau te doen.



**Dinsdag 20 april tussen 13.30u & 14.30u** -> **Loenhout, LDC Wijkhuis**

### 1-op-1 gesprek met medewerker dienstencentrum

Wil je gewoon eens met iemand babbelen, wil je dat we je helpen bij het aanmaken van een WhatsApp of Facebook-account of heb je hulp nodig met iets anders? Maak hiervoor telefonisch een afspraak en dan bespreken we de mogelijkheden voor een 1-op-1 gesprek in één van onze dienstencentra. We zijn er om jou te helpen en doen dat met veel plezier! Wil je liever een bezoekje thuis, bel ons ook op, dan bekijken we wanneer we kunnen langskomen.

## Vooruitblik mei

Als de vooropgestelde versoepelingen voor de horeca blijven zoals ze zijn en deze sector binnenkort terug haar deuren mag openen, betekent dat ook wij vanaf mei weer warme maaltijden zouden mogen aanbieden in onze dienstencentra. Het is dus nog onder voorbehoud, maar wij zijn hard aan het duimen dat we binnenkort weer kunnen beginnen denken aan het opstarten van de maaltijden en in een latere fase ook andere activiteiten. Houd dus zeker onze Facebook-pagina in het oog voor het laatste nieuws hierover. We hopen je ook in onze infokrant voor mei meer informatie te kunnen geven. Onze vaste eters en deelnemers zullen uiteraard door ons gecontacteerd worden van zodra we groen licht krijgen voor een heropstart. Laat het aftellen maar beginnen en hopelijk tot binnenkort!

## Digitale hulp in de dienstencentra

Zoals je op de vorige pagina al kon lezen, helpen we je graag bij het aanmaken van een WhatsApp- of Facebook-account. Maar ook voor andere digitale vragen kun je bij ons terecht. Bijvoorbeeld voor het installeren van je nieuwe smartphone of tablet, het instellen van een automatische back-up van je foto's, het installeren van de overheidsapp "ItsMe", etc. Zo kun je digitaal toch zoveel mogelijk in contact blijven met de wereld om je heen. Let wel: als je een Apple-toestel hebt, kunnen we je helaas niet met alles helpen. Gebruikers van Android-toestellen zullen we wél met veel vragen kunnen verder helpen.

## Vrijwilligers Digipunt gezocht!

Bent je zelf handig met computers en smartphones en bied je graag een helpende hand? Ben je in de mogelijkheid om via een beurtroelsysteem onze helpdesk mee draaiende te houden? Contacteer ons dan via [ldcwijkhuis@wuustwezel.be](mailto:ldcwijkhuis@wuustwezel.be) of tijdens de kantooruren op het nummer 03 236 58 69. Bedankt alvast!





# OVER ONS

We hebben een vriendenboekje gemaakt en we delen dit graag met jullie, zodat jullie ons beter kunnen leren kennen. In deze infokrant leer je meer over Linda en Annick.



MYNNAAM: Linda  
 MYN JOB: administratief medewerker  
 IK WERK @ De Wijkhulp



DIT BEN IK IN 3 WOORDEN

1. vriendelijk
2. hulpvaardig
3. werken



8 mei  
 'K LEM  
 JARIG OP

Mijn Bucketlist

- Naast scholles fietsen voor bron het moeders
- Trekvaart door Meerwerpen
- Foto-avontuur in Nederland

## MYN FAVORIETEN

De Alchemist  
 Paulo Coelho

Mamma Mia

Leef  
 André Hazes

WEESEN  
 WILDE IK  
 WERDEN!  
 van mijn mama



SIE HAS NÏ WAKKER  
 MAKEN OH: of  
 pad te gaan

MYN WENS VOOR  
 DE DIENSTENCENTRA:  
 Dat we lang leuke activiteiten mogen organiseren waar we elkaar lang kunnen ontmoeten.

FRUIT IN MIJN OGEN:

HUGO	JAN
LINDA	GOERD
ZOTTEGEM	TOM
BRADIER	Beachy (woof)
MIC Philoo (waarf)	

DIT HEB IK IN HET LIPST GESCHRIJVEN:  
 Partituren "Sound of music" 9



## MMM, LEKKER ...

Deze maand geven we je graag wat inspiratie voor leuke paasreceptjes. Alvast smakelijke paasdagen gewenst! 😊

### Vogelnestjes met tomatensaus en kruidenrijst

#### *Ingrediënten voor 4 personen*

4 eieren  
400 g kippengehakt  
200 g rijst  
250 g champignons  
500 ml tomatenpassata  
1 ui  
1 el madera  
1 el boter  
1 blokje groentebouillon  
4 takjes peterselie  
2 el gehakte bieslook  
1 el Provençaalse kruiden  
peper + zout



#### *Recept*

1.

Pel de eieren. Pel en snipper de ui en fruit ze glazig in boter. Blus met de madera. Voeg de tomaten en de Provençaalse kruiden toe. Laat 5 minuten zacht doorkoken.

2.

Borstel de paddenstoelen droog schoon. Snij ze in plakjes en voeg ze bij de saus. Laat 5 tot 10 minuten sudderen. Kruid met peper en zout.

3.

Verwarm de oven voor op 180°C. Verdeel het gehakt in 4 porties. Verpak elk ei in een laagje gehakt. Leg de vogelnestjes in een ovenschaal en bak ze in ongeveer 25 minuten goudgeel en gaar in de oven.

4.

Los het bouillonblokje op in een pan met water en kook er de rijst in gaar, volgens de aanwijzingen op de verpakking. Meng er de peterselie en bieslook door.

5.

Serveer de vogelnestjes met de saus en de rijst. Werk af met een plukje peterselie.

# Kaastaart in een chocolade-ei

## *Ingrediënten voor 12 stuks*

12 chocolade paaseitjes, hol van binnen en zo groot als een ei  
300 g roomkaas (type Philadelphia)  
200 g volle plattekaas  
200 ml slagroom (min. 30% VG)  
2 el melk  
4 blaadjes gelatine  
6 el suiker  
1 zakje vanillesuiker  
1 mango  
mangosap (fles)



## *Recept*

1.

Week de gelatine in koud water. Snij met een heel scherp mes voorzichtig een kapje van de paaseieren: de rand hoeft niet perfect te zijn.

2.

Meng de roomkaas met de plattekaas, vanillesuiker en suiker naar smaak. Klop de slagroom half stijf.

3.

Verwarm de melk en los er de uitgeknepen gelatine in op. Roer er 2 el van het kaasmengsel door. Roer dan het gelatinemengsel door de plattekaas. Spatel er de slagroom door.

4.

Doe het kaasmengsel in een spuitzak en vul er de eitjes mee. Laat minstens 3 uur opstijven in de koelkast.

5.

Schil de mango en snij in blokjes. Doe er een scheutje mangosap bij en mix fijn. Duw de puree door een zeef.

6.

Haal de eitjes uit de koelkast en lepel in het midden wat van het kaasmengsel weg. Vul het holletje met een heel klein schepje mangocoulis.

**Eet smakelijk!** 😊

# PUZZELPAGINA'S

Los de puzzels op en bezorg ons jouw oplossingen voor 16 april. Als je voor elke puzzel de goede oplossing hebt gevonden, maak je kans op 3 consumptiebonnen. Veel puzzelplezier!

## PUZZEL 1

Los de woordzoeker op door de woorden naast de puzzel weg te strepen.

Sommige letters mag je 2 keer wegstrepen.




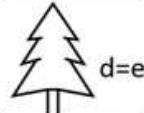
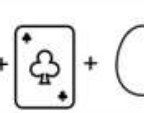






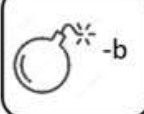





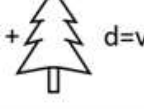
Vind met de overgebleven woorden onze wens aan jou!

P	V	C	H	O	C	O	L	A	D	E	
A	R	O	V	K	O	N	I	J	N	R	S
A	S	N	E	K	I	U	K	U	A	N	
S	E	E	R	M	L	I	J	E	A	V	E
T	J	I	S	A	K	L	H	N	O	S	
A	T	T	T	N	K	S	P	E	O	S	
K	E	N	O	D	A	A	I	M	R	I	
I	M	A	P	A	P	E	T	E	J	C	
R	M	K	P	G	R	A	S	O	A	R	
T	A	A	E	E	I	S	E	L	A	A	
S	L	V	N	E	L	N	N	B	R	N	

APRIL  
 BLOEMEN  
 CHOCOLADE  
 EIEREN  
 GRAS  
 KLEUR  
 KONIJN  
 KUIKENS  
 LAMMETJE  
 MAND  
 NARCISSEN  
 NEST  
 PAASHAAS  
 PAASTAK  
 STRIK  
 VAKANTIE  
 VERSTOPPEN  
 VOORJAAR

## PUZZEL 2

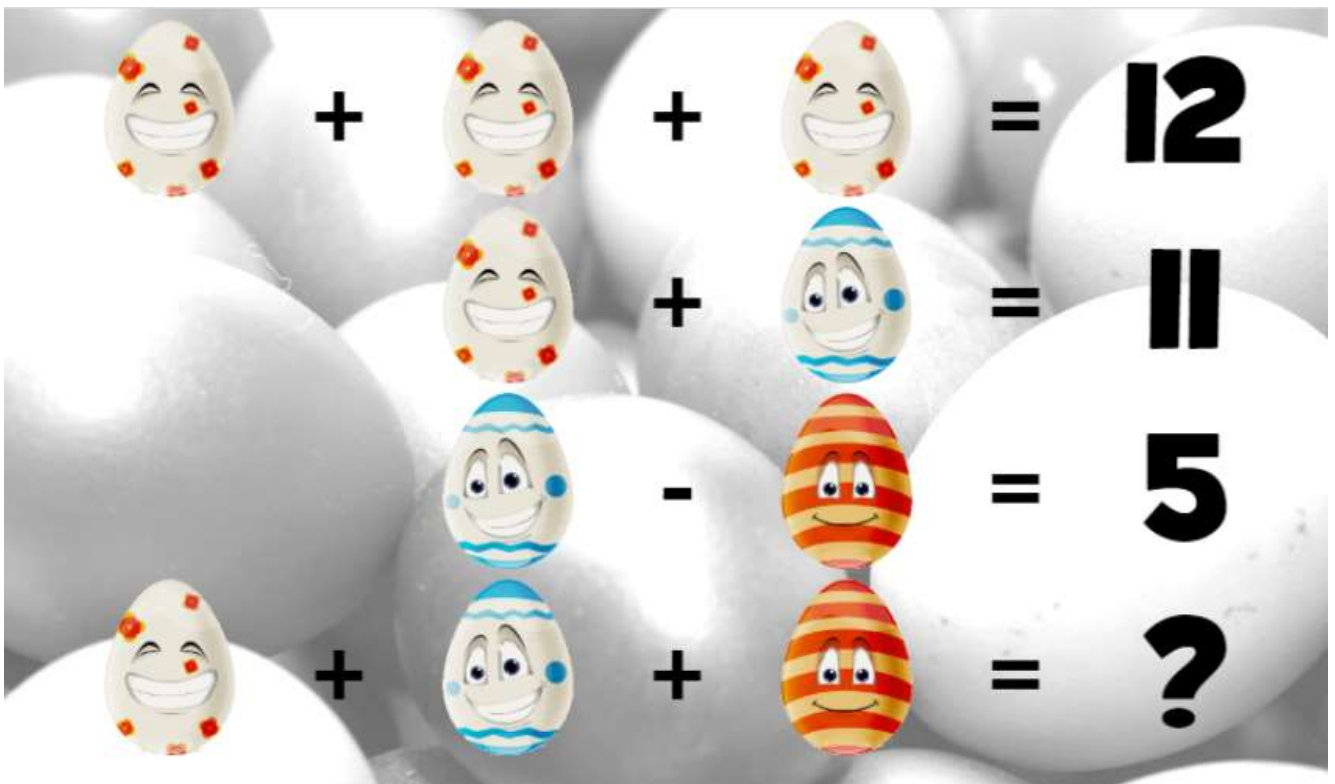
Los de rebus op.

 d= uk	 -v	 -h	 d=e	p+  + 
 k=j -o	 H=m d=t	 -st +n +  p=r	 b=z	 -b
 -st +  m=v	 -nt	 ss=nn	 k=pr +  d=v	



PUZZEL 3

Welk getal hoort er op de plaats van het vraagteken?



Gevonden oplossingen

Puzzel 1: .....

Puzzel 2: .....

Puzzel 3: .....

Naam: .....

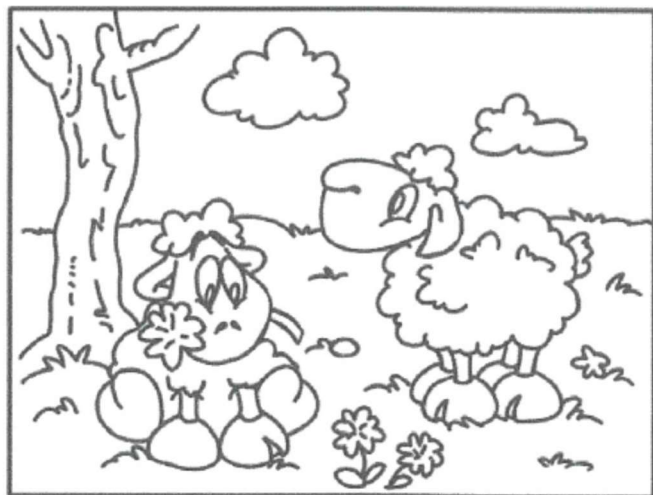
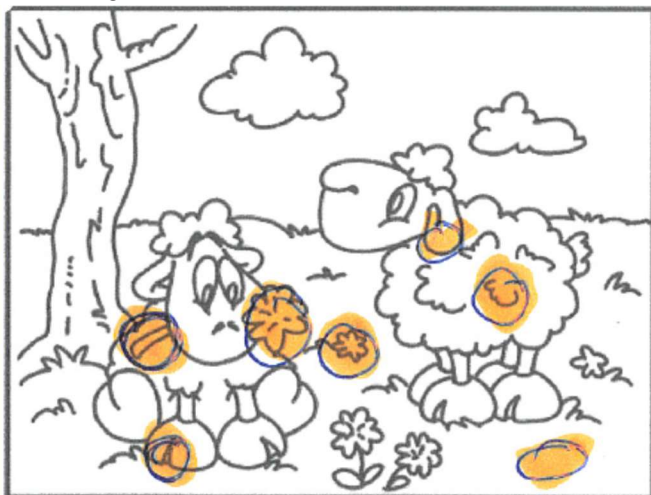
Telefoonnummer: .....

**OPLOSSING PUZZELS VORIGE MAAND:**

Puzzel 1: Hooikoorts

Puzzel 2: Bedankt aan alle lieve vrijwilligers voor hun grote hart!

Puzzel 3: zie hieronder



**WINNAARS PUZZEL VORIGE MAAND (3 consumptiebonnen):**

*Winnaar LDC Ter Wezel: Greta Chantrain*

*Winnaar LDC Wijkhuis: Simone De Vrij*

## BLIJF OP DE HOOGTE

Gezien de onzekere situatie plannen we momenteel geen nieuwe activiteiten. Van zodra er meer duidelijkheid is, zullen we dat communiceren via onze Facebook-pagina en in de volgende infokranten.

### Ontvang je onze toekomstige infokranten graag digitaal?



Vraag of we je de infokrant doormailen en draag zo voortaan bij aan het verkleinen van onze papierberg en onnodig drukken van krantjes. Het menu en de puzzel kun je dan, na afspraak, nog altijd bij ons komen ophalen.

Verstuur een mailtje naar: [ldcterwezel@wuustwezel.be](mailto:ldcterwezel@wuustwezel.be) met de vraag de infokrant digitaal te ontvangen. Zo hebben we zeker het juiste mailadres om aan de mailinglijst toe te voegen en meteen uw akkoord (GDPR) om de mail te mogen versturen.

### Volg ons op Facebook

Op onze Facebook-pagina "Dienstencentra Wuustwezel" vind je steeds de laatste informatie over onze activiteiten, foto's van events, een link naar de infokrant en nog veel meer! Tijdens de coronacrisis hebben we gemerkt dat dit ook een belangrijke manier is om met zoveel mogelijk mensen in contact te blijven en belangrijke informatie heel snel te kunnen delen. Volg ons dus zeker als je op de hoogte wilt blijven van het laatste nieuws.



Heb je nog geen Facebook-account, maar zou je graag hulp willen om er één aan te maken, laat het ons dan zeker weten. We helpen je hier graag mee!

### Klachtenprocedure

Al hopen wij van niet, toch is het mogelijk dat onze dienst in gebreke blijft. Je hebt steeds de mogelijkheid een klacht in te dienen. Kleinere tekortkomingen kan je telefonisch melden aan de verantwoordelijke voor de dienst.

Bij een ernstige tekortkoming kan je een schriftelijke klacht indienen, gericht aan de algemeen directeur, Gemeentepark 1, 2990 Wuustwezel.

Het hiervoor benodigde klachtenformulier kun je via e-mail bij ons aanvragen: [ldcterwezel@wuustwezel.be](mailto:ldcterwezel@wuustwezel.be) of [ldcwijkhuis@wuustwezel.be](mailto:ldcwijkhuis@wuustwezel.be).

Uiteraard zijn alle suggesties en verbetervoorstellen steeds welkom.