

SIGNAAL

CONTACTBLAD VOOR BEWONERS, FAMILIE,
VRIJWILLIGERS EN BEZOEKERS VAN ZORGGROEP H. HART

ASSISTENTIEWONINGEN

MEI
2025



GOLFKAR IS TERUG

KLAKKAARDS

MOEDERDAG

VOORKLAP

MEI-STRESS

Laat ons even een jaar of twintig terugkeren. Toen voelde ik in deze periode, begin mei, toch al wat nattigheid. Niet letterlijk, welteverstaan. De reeds de revue gepasseerde schoolmaanden waren meermaals gevuld geweest met ettelijke dreigementen die uit de monden van mijn leerkrachten kwamen gegleden. ‘Je zal niet blijven lachen!’ en ‘Wacht maar tot het eind van het schooljaar!’ zijn zo enkele van de klassiekers. Maar die kreten hadden amper effect, zelfs een ondermaats kerstrapport beschouwde ik niet als een fikse waarschuwing. Totdat de meimaand was aangebroken en de daaropvolgende junimaand plots niet zo veraf meer leek. Plots was het alle hens aan dek om een tweede zit te vermijden. Want zorgeloze zomermaanden, dat was het doel. Cursussen werden letter per letter uitgepluisd, feestjes of andere leuke agendapunten werden in de wachtzaal gezet en ik begon zelfs complimentjes te geven aan leerkrachten.

‘Leuk dat u uw snor laat staan, het past echt bij u!’

Mevrouw Desmet apprecieerde het niet.

‘Bent u naar de kapper geweest? Ja? Ik zie het. Wanneer doen ze er aan verder?’

Meneer Tappaert apprecieerde het niet.

Nee, de complimentjes brachten weinig zoden aan de dijk. Maar het studeren aan een hoog tempo, dat lukte wel aardig. In mei maakte ik mijn cursussen blij. Mochten ze tanden hebben, ze lachten ze in die periode ongetwijfeld bloot. Mijn inhaalmanoeuvre zat op kruissnelheid.

En dan. Eind juni. Het rapport. Gevuld met meer dan behoorlijke cijfers en een compliment van de klastitularis, zowaar. Hoera!

‘Uiteindelijk toch goed gewerkt, Mattijs. Je gaat er toch nog komen. Respect.

Weet: als er iets is, mag je altijd bellen.

Maar niet naar mij.’



Mattijs

DE SIGNAALREDACTIE

Verantwoordelijke
Signaal DVC, AW en Westerlinde

ISABELLE



Verantwoordelijke
Signaal WZC, Aurélys en Pamele

MATTIJS



Ondersteuning

MATHIEU



WOONZORGMANAGER

Beste Bewoner,



Als Woonzorgmanager richt ik graag het woord aan u! Mei is een van de mooiste maanden van het jaar! De werkende mens kijkt al uit naar de vele verlengde weekends! De studenten genieten nog van de luwte vooraleer ze zich stilaan opmaken voor de eindsprint en de moeders kijken uit naar hun dag (behalve in Antwerpen).

Er is ook de Dag van de Verpleegkundige, plantendag, Wereld Astmadag, ... Zo is er wel elke dag een ander thema dat in de kijker staat!

Een onderwerp dat mij in het oog springt is de “wereldbijendag”. De Verenigde Naties hebben 20 mei uitgeroepen tot 'Wereld Bijendag' (World Bee Day). Hiermee wil zij de bewustwording vergroten van het belang van de bijdrage van bijen aan duurzame ontwikkelingen en de bedreigingen waarmee zij worden geconfronteerd.

Ook in Vlaanderen wordt er aandacht hieraan besteed. Er wordt aan ons allen gevraagd om meer bloemetjes te planten zodat de bijen hun babybijtjes kunnen grootbrengen.

Bijtjes zijn belangrijk voor de bestuiving van planten. Zonder bijen zijn er geen groenten, fruit of andere planten. Ze dragen bij tot de biodiversiteit. Van alle soorten bijen is er 32% bedreigd met uitsterven!

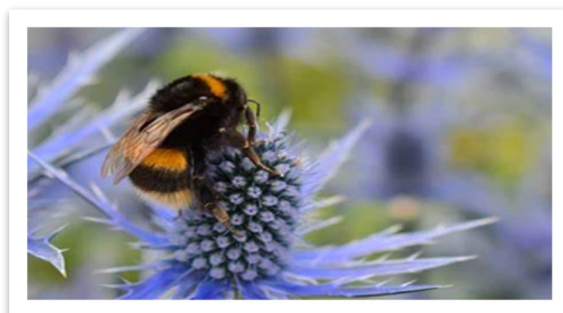
De Zorggroep Heilig Hart draagt hiertoe zijn steentje bij met een bijenkolonie op het terras van Budalys. Een imker komt regelmatig de korven onderhouden en de geproduceerde honing oogsten. Dan is het aangewezen om de eerste uren niet te dichtbij te komen 😊

Ook in mei zijn er de internationale dag van de handhygiëne en intern de Dag van de Medewerker!

Ook de Zorggroep neemt deel aan deze “Dag van de Handhygiëne”, die plaats vindt op 5 mei, door een kleine gadget als reminder te voorzien voor iedere medewerker. Door het belang van handhygiëne onder de aandacht te brengen, hopen organisaties en gezondheidsinstanties wereldwijd het aantal infecties en ziektes te verminderen en de volksgezondheid te verbeteren.

Een week later is er op 12 mei de dag van de Verpleegkundige. In De Zorggroep werd er besloten om deze om te dopen tot “Dag van de Medewerker” en zodoende iedere medewerker in de bloemetjes te zetten. Door een kleine attentie te voorzien willen we onze appreciatie uitdrukken voor de bijdrage die iedere medewerker dagelijks levert tot een kwalitatieve dienstverlening. Bij deze een warme oproep om op 12 mei uw zorgverlener, medewerker poetsdienst, medewerker technische dienst, ... een complimentje te geven!

Ik wens u veel leesplezier!



Toen winters nog écht winters waren... en mei nog Maria toebehoorde.

De tijd van de super gure winters ligt al lang achter ons. Voor taferelen van een vlot georganiseerde Elfstedentocht in Nederland, van straten ondergesneeuwd tot hele bevolkingen die quasi gegijzeld thuisbleven en zich genoodzaakt zagen om gezellig alternatief entertainment en sociaal contact te organiseren daarvoor moet je terug naar vroeger. Sputterende tractors en wagens waarvan de mazout bevroren was en de batterij het begaf door de kou: je moet terug naar de jaren 80 van de vorige eeuw.

Oudere lezers van dit geachte contactblad zullen zeggen: “Snotneus, ge zijt amper 60 jaar. Wat weet jij van echte winters? De winters die wij hebben meegemaakt, dát was the real stuff!” Toch kan deze “jongere senior” meespreken over enkele gure winterperiodes uit de jaren 80. Deze “jongeling” zette toen zijn eerste stappen in het onderwijs. Dat waren de jaren waarin er te veel leerkrachten waren, en elke gediplomeerde her en der enkele schrale opdrachtjes moest bijeenprokkelen om toch een beetje aan de bak te komen.

Als je dan toezicht hield op een besneeuwde speelplaats, moest je je beschermen tegen de volle laag sneeuwballen die de testosteronrijke, puberende snoodaards aan het voorbereiden waren om het “groene opvoedertje” mee te belagen. De pret kon natuurlijk niet op wanneer die onervaren surveillant een misstapje beging en ei zo na uitgleed op de ijzige, witte speelplaats. Niets is zo plezant als iemand van “gezag” te zien vallen.

Ik vermeld deze winteranekdoten uit een ver verleden binnen het kader van een tegenovergesteld beeld: dat van de zoete meimaand. Zoet, omdat we overal kunnen genieten van de eerste zomerwarmte en omdat de hele natuur in mei openbarst tot nieuw en kakelvers leven, met iconische beelden van velden vol purperen boshyacinten — terecht beschermd tegen plukgrage wandelaars. En laten we vooral de massa's paaslelies, zoals die in het begijnhof van Brugge, niet vergeten, waar ze door hordes toeristen worden aangegaapt alsof ze een levend wereldwonder zijn.

Afhankelijk van de datum van het paasfeest dat elk jaar op een andere dag valt, namelijk op de eerste zondag na de eerste volle maan van de lente (bedankt, professor Google) bevinden we ons in mei nog steeds in de paastijd. Daarin vallen ook Hemelvaart en Pinksteren, dagen die goed zijn voor enkele verlengde weekends.

De meimaand is in de katholieke cultuur ook Mariamaand. Dat danken we ook aan de Romeinen. De Romeinse cultuur noemde de meimaand naar de moedergodin Maia. Pas in de middeleeuwen ontstond in Italië het gebruik om mei toe te wijden aan Maria, de moeder Gods. In de maand mei vieren we ook Moederdag in Vlaanderen (behalve in Antwerpen, waar men die viert op 15 augustus, toevallig ook een groot mariaal feest).

In het vrome Vlaanderen zijn in de loop der jaren talloze Mariagrotten en veldkapelletjes opgericht en aan Maria toegewijd. Het zijn typische plaatsen van laagdrempelig geloof, waar tot op vandaag veel mensen met hun religieuze noden en vragen terecht kunnen plaatsen zonder polemiek of discussie, maar met geloof in eenvoud. Een kort gebed wordt er uitgesproken, en er heerst een sfeervolle stilte.

Soms staan deze kapelletjes echter in de weg van een bouwmaatschappij die op dat terrein een woonproject wil realiseren. Dan valt het woord “slopen”, wat bij buurtbewoners vaak in slechte aarde valt. Ze koesteren en beschermen deze kleine vroomheidsplekjes. Bouwmaatschappijen zoeken dan naar creatieve oplossingen, zoals het integreren van het geliefde kapelletje in het bouwproject.

Het domein van de paters Passionisten in Kortrijk herbergt ook een Lourdesgrot. De pastorale verantwoordelijken van Kortrijk hebben de handen in elkaar geslagen om de grot beter toegankelijk te maken voor het publiek. Er is nu een kaarsenautomaat (God gaat met zijn tijd mee!) en permanentie voorzien. Betrokken vrijwilligers getuigen dat er altijd iemand aanwezig is om een kaars te ontsteken.

Laten we dan ook genieten van de mooie meimaand. Laten we met verwondering kijken naar de ontluikende natuur, de hoop van het paasfeest beleven, en ons — voor de dagelijkse grote en kleine probleempjes van het leven — wenden, zoals onze voorouders het deden, tot Maria, die op de ranking van religieuze figuren een heel hoge plaats inneemt.

Geniet van de lente, lieve lezer, want ze leidt ons naar de zomer waar we allemaal zo naar uitkijken. Trekvogels die de winter doorbrachten in verre, warme landen, smeren alvast hun vleugels om de terugtocht naar onze contreien aan te vangen. Maar... niet te vroeg juichen: één zwaluw maakt nog geen lente.

Marnick Donze
Priester
Gebruiker dagcentrum Pamele

WELKOM IN...



BUDALYS

WONEN AAN HET WATER

MVR. LOBEL

402

MARLEEN

ONDERHOUD VAN DE BUDAPARKING

OM DE NETHEID OP DE ONDERGRONDSE PARKING TE BEHOUDEN
PLANT PARKO IEDERE MAAND EEN KUIS OP DE VERSCHILLENDE
VERDIEPEN. DE VOLGENDE WEKEN GA DE POETSBEURT DOOR OP

MEI:

MAANDAG 19 MEI - 1

DINSDAG 20 MEI - 4

WOENSDAG 21 MEI - 3

DONDERDAG 22 MEI - 2

ACTIVITEITENKALENDER

DATUM	Uur	Activiteit	Plaats
5/05	18U	Lenteconcert	Budakitchen
9/05	14u	Dienstencentrum viert moederdag	Tea Room Groote Broel
14/05	15u	Klakkaards voor bewoners van Groote Broel	Tea Room Groote Broel
19/05	14u30	Kaart en brei namiddag	Budakitchen
Zie folder	14u15 15u45	MUZIEMOVE muziekbeleving voor personen met dementie en hun mantelzorger	Meetinglounge 3de verdieping Budalys
06/06	14u	Dienstencentrum viert vaderdag	Tea Room Groote Broel
20/06	11u30	Verfijnde koude visschotel	Tea Room Groote Broel
20/06	11u30	Verfijnde koude visschotel	Meetinglounge 3de verdieping Budalys
26/06	10u30	H.Hart viering	Kapel
27/06	8u-9u	Ontbijt aan huis	Pakket aan huis geleverd
10/07	15u	Ijs en koffie namiddag	Op het dakterras bij mooi weer, bij slecht weer binnen



**WIE HELPT ONS OM LIEVE EN BETROUWBARE VRIJWILLIGERS TE VINDEN
VOOR DE TEAROOM VAN DE GROOTE BROEL?**

**WE ZOEKEN NOG ENKELE MENSEN OM HET HUIDIGE TE VERVOLLEDIGEN.
VOOR EEN GOUDEN TIP BEL 056/321 283**

Activiteiten INSCHRIJVING

U mag hieronder uw naam en woningnr. invullen en aanvinken naar welke activiteit u wenst te komen.

De uiterste inschrijfdatum voor alle activiteiten is **12/05**.

Stel uw inschrijving dus niet uit en deponeer ze spoedig in de brievenbus van de woonassistenten!



Naam:

Woningnr.: (Budalys/Groote Broel) -> *schrapen wat niet past*
schrijft/schrijven zich in met personen.

DATUM	LOCATIE	ACTIVITEIT	Kruis de activiteit aan die u wilt bijwonen
5/05	18u Budakitchen	Lenteconcert	Inschrijvingen reeds afgelopen info via de aparte brief
9/05	14u Tea Room Groote Broel	Dienstencentrum viert moederdag	Via aparte uitnodiging verstuurd
14/05	15u Tea Room Groote Broel	Kl akkaards voor bewoners van Groote Broel	
19/05	14u30 Budakitchen	Kaart en brei namiddag	
15/05	14u15 tot 15u45 Meetinglounge 3de verdieping	MUZIEMOVE Muziekbeleving voor personen met dementie en hum	
6/06	14u Tea Room Groote Broel	Dienstencentrum viert vaderdag	

TEAROOM GROTE BROEL

TUSSEN 15U EN 16U

KLAKKAARDS

WOENSDAG 14/05

ENKEL VOOR BEWONERS VAN GROOTE BROEL



Gebakken door bewoners voor medebewoners

Tussen 15u en 16u is de tearoom enkel open voor de ingeschreven bewoners. Deze activiteit is gratis, dranken aan tearoom tarief.

INSCHRIJVINGEN
BEPERKT

UITERLIJK VOOR 12/05 INSCHRIJVEN VIA HET
INSCHRIJFSTROOKJE VOORAAN IN HETSIGNAAL.



KAPSALON H. HART

ZOMERS VERLOF

GESLOTEN

29/07 - 2/08

15/08 - 18/08

Verlof Elien 21/7 - 23/07, 28/7 - 11/8

Verlof Nancy 11/8 - 25/8

Verlof Stefanie 19/07 - 8/08

MAAK TIJDIG UW AFSpraak

MOM



JIJ VERDIENT EEN

WOW-DAG



Dienstencentrum Groote Broel viert moederdag!

9-05-2025

14u-16u

5€ voor een drankje en een hapje

Tearoom Groote Broel

Eigen plaatjes zijn welkom!



Inschrijven uiterlijk tegen 30/4/2025

Inschrijven via inschrijvingsstrook

HIJ IS ER WEER!



**Een rit aanvragen om met de golfkar
naar de maandagmarkt te gaan?
Contacteer tijdig het onthaal via
056/321 000!**

DIENSTENCENTRUM
GROOTE BROEL
VIERT VADERDAG

THÉ DANSANT

VRIJDAG
6 JUNI

TEA ROOM
GROOTE BROEL
14U TOT 16U

MET EEN HAPJE EN
BIERTJE OM
VADERDAG TE VIEREN

INKOM € 5

INSCHRIJVING VERPLICHT VOOR 1/6





LABEL sportbedrijf 2025 - 2026



Beste bewoners,

jullie hebben het waarschijnlijk al gehoord en sommige onder jullie vast al gezien: onze sportieve medewerkers op donderdagavond!

Het Woon en zorghotel organiseert jaarlijks een sportevenement voor haar medewerkers onder de noemer H.Hart on the move. Sinds vorig jaar zijn er wekelijkse sportsessies op donderdag met uitzondering van de schoolvakanties. Bij mooi weer gaat dit door op de binnentuin van het Woon en zorghotel H.Hart en dit onder begeleiding van onze collega Delphine Dewaele vanuit het kine-ergoteam!

Op woensdag 28 april hebben wij vanuit Sport Vlaanderen het label Sportbedrijf 2025-2026 in ontvangst mogen nemen. Door onze sportieve initiatieven worden wij erkend als bedrijf dat inzet op de gezondheid van haar werknemers! Proficiat aan alle sportievelingen!



Ook al waren we op ons hoede voor 1 april
toch kon Jacques ons
verrassen!!

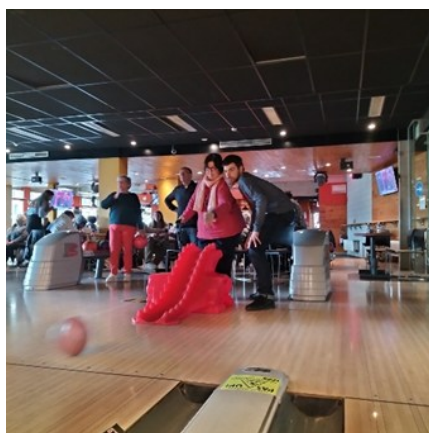
Bedankt Jacques!!



DAAR KOMT DE PRET, DAAR KOMT DE LENTE



We voelen het weer kriebelen... Met het schieten van het blad, schieten ook wij weer volop in actie! Tussen petanque, bowling, kubben, koken, schilderen, vrijwilligen... We krijgen er geen genoeg van! Leve de lente, leve de zon!



VROLIJKE VIERVOETERS

We zijn vereerd om in ons dienstencentrum twee vrolijke honden te mogen ontvangen! Maurice en Irma hebben al snel de harten van de mensen veroverd, de foto's spreken voor zich.



Hulp in het huishouden met gezinszorg of met Dienstencheques?

Wij komen graag bij u langs voor een woordje uitleg!

Contacteer onze collega's Virginie of Thuline op het nummer:
056/321 050



Het Postgebouw van Kortrijk (1906-1944)

Het Postgebouw van Kortrijk, gelegen in het hart van de stad, was een imposant voorbeeld van de architectuur uit het begin van de 20e eeuw. Het gebouw werd in 1906 voltooid en was een symbool van de moderniteit en vooruitgang van de stad, die toen volop in ontwikkeling was. Het postgebouw werd ontworpen door de architecten Louis Cloquet en Albert Roosenboom in een eclectische stijl, met invloeden van de neoclassicistische en art-nouveaustijlen. Het was niet enkel een postkantoor, maar ook een belangrijk administratief centrum, waar veel lokale communicatie en verbindingen werden geregeld.

De locatie aan de Grote Markt zorgde ervoor dat het gebouw snel een prominente plek innam in het stadsbeeld van Kortrijk. Met zijn indrukwekkende gevel, grote ramen en decoratieve elementen, was het een statig en herkenbaar gebouw, zowel voor de inwoners van Kortrijk als voor bezoekers van buitenaf.

De Tweede Wereldoorlog en de Verwoesting

Tijdens de Tweede Wereldoorlog, op 17 mei 1944, werd Kortrijk zwaar getroffen door een Duitse luchtaanval. De stad, die zich onder bezetting van de nazi's bevond, kreeg in die periode te maken met meerdere bombardementen. Het postgebouw, dat zich in het centrum van de stad bevond, was niet gespaard gebleven van de verwoestingen. Het werd getroffen door bommen en grotendeels vernietigd. De oorlogsschade was immens, waardoor het imposante gebouw niet meer hersteld kon worden in zijn oorspronkelijke staat.

De verwoesting van het postgebouw was een zware klap voor de stad, die na de oorlog moest werken aan de wederopbouw. De restanten van het postgebouw werden uiteindelijk gesloopt, en in plaats daarvan werd een moderner postgebouw gebouwd. De herinnering aan het oude postgebouw leeft echter voort in de verhalen van de Kortrijkzanen en in de historische archieven van de stad.



Moederdag en vaderdag worden dit jaar een beetje anders gevierd! In plaats van het traditionele cadeau, trakteren we jullie aan het einde van juni op een lekker alternatief. We hopen dat jullie het net zo waarderen als een mooi cadeau, en we kijken ernaar uit om samen te genieten!



Moederdag & Vaderdag

Het dienstencentrum zet zijn schouders onder een mooie activiteit die ze op vrijdag **9/05** organiseren voor moederdag en, op vrijdag **6/06** voor vaderdag. Iedereen uit Budalys en Groote Broel is welkom in de Tea Room van de Groote Broel. Fijne dagen en tot dan!



5 tips die vallen voorkomen

Wie denkt dat vallen alleen iets is voor oudere mensen, heeft het mis. Zij hebben een hoger risico, dat klopt, maar een valpartij kan op elk moment in je leven gebeuren. Je zorgt er dus beter voor dat je stevig op je benen staat. Wat kan je doen om het risico op vallen te verminderen? We geven 5 tips.



1. Blijf actief

Als je niet wil vallen, moet je veel bewegen. Dat klinkt tegenstrijdig, maar het is niet onlogisch. Door te bewegen verbeteren namelijk je evenwicht en je spierkracht en dat vermindert dan weer de kans dat je valt.

Na een val komen veel mensen in een vicieuze cirkel terecht. Door de val zijn ze bang geworden om nog eens te vallen. Gevolg: ze blijven liever thuis, rustig in de zetel. Maar daardoor train je je spieren en je evenwicht natuurlijk nog minder, waardoor je kans om te vallen net verhoogt.

Je hoeft niet te sporten, en het hoeft ook geen uren te duren. Als je die lichaamsbeweging in je dagelijkse activiteiten integreert, hou je makkelijker vol.

Je kan je spieren en je evenwicht ook trainen met eenvoudige oefeningen. Sommige doe je gewoon tijdens het tandenpoetsen. Of aan het aanrecht bij de afwas.

2. Maak je huis veilig

Veel valpartijen gebeuren gewoon in onze vertrouwde omgeving. Gelukkig kan je met een aantal kleine aanpassingen je huis al een stuk veiliger maken. Tapijten zijn af te raden.

Probeer losliggende snoeren zoveel mogelijk weg te werken zodat je niet struikelt. Neem een laddertje in plaats van een stoel als je iets in de hoogte wil nemen. Of beter: vraag iemand voor jou iets uit een hoge kast te halen. En tot slot: zorg in huis voor voldoende verlichting en beweegruimte.



Bang om te vallen?

Geef jezelf een veilig gevoel met een personenalarm.

Benut de hulpmiddelen voor valpreventie. Vraag advies aan een ergotherapeut of kinesitherapeut die het juiste hulpmiddel kan adviseren en helpen aanvragen.

3. Verzorg je voeten

Voetproblemen verhogen het risico op vallen. Verzorg je voeten dus goed. Regelmatige controle bij een pedicure kan helpen om eelt, likdoorns en andere voetproblemen te voorkomen die je evenwicht negatief kunnen beïnvloeden.

Loop daarnaast zo weinig mogelijk op kousen en draag schoenen die de hele voet omsluiten, met een stevige, platte zool met reliëf en een goede sluiting. Vermijd teenslippers en schoenen met hakken hoger dan 2,5 cm. In huis kies je ook beter voor een gesloten pantoffel en niet voor een model waar de hiel niet in zit.

4. Check je ogen

Heb je het gevoel dat je zicht achteruitgaat? Maak dan op tijd een afspraak bij de oogarts. Het risico bestaat dat je een obstakel op de grond makkelijker over het hoofd ziet. Draag je al een bril? Poets dan elke dag je brilglazen.

Let ook op met multifocale glazen. Hoewel ze handig zijn, kunnen ze in bepaalde situaties je dieptezicht verstoren, wat een val kan uitlokken. Overleg met je opticien of een aangepaste bril voor bepaalde activiteiten nuttig kan zijn.

5. Let op je voeding

Gezonde voeding zorgt voor sterke spieren en beenderen. Eet voldoende voeding die rijk is aan calcium en vitamine D (vis, melkproducten, broccoli, spinazie, abrikoos, appel, kiwi, pruimen). Wees matig met alcohol en rook niet, want roken verhoogt het risico op broze botten.

Moppenhoek

Lucy schrijft een brief naar haar oma om te laten weten hoe het met haar is. Mama vraagt: 'waarom schrijf je zo langzaam?' Waarop "lucy antwoord" 'oma kan niet zo snel lezen, mama!'

Er loopt een man in het park. Er loopt een eekhoorn achter hem aan. Er komen steeds meer eekhoorns achter hem aan... "Waarom lopen jullie steeds achter mij aan?" Vraagt de man. Waarop een eekhoorn antwoordt: "We hebben nog nooit zo'n grote eikel gezien!"

Er komt een man bij een garage en zegt: "Ik wil graag twee ruitenwissers voor m'n Lada." Waarop de garagehouder zegt: "Oké, dat lijkt me een prima deal."



Aardbeientiramisu met lange vingers



Ingrediënten

- 1 à 2 pakken lange vingers (hangt af van de grootte van je schaal)
- 500 gram verse aardbeien
- 250 ml slagroom
- 250 gram mascarpone
- 1 vanillestokje
- 70 gram suiker
- wat appelsap
- wat poedersuiker voor de garnering

Wat moet je doen:

1. Giet de slagroom in een kom samen met 50 gram van de suiker. Klop de slagroom stijf.
2. Voeg de mascarpone toe aan de slagroom. Snijd een vanillestokje open en schraap het merg eruit. Voeg dit eveneens toe. Meng dit goed door elkaar.
3. Pureer 200 gram van de aardbeien tot moes met een staafmixer, samen met de overige 20 gram suiker.
4. Giet wat appelsap in een diep bord. Dip de lange vingers door het sap en leg ze vervolgens op de bodem van een schaal. Als je van drank houdt kun je het appelsap eventueel vervangen door bijvoorbeeld witte wijn of een beetje Licor 43, net wat jij lekker vindt.
5. Giet een laagje van het slagroom-mascarpone-mengsel op de lange vingers.
6. Giet daarna de aardbeienpuree erover.
7. Dip de rest van de lange vingers door de appelsap en leg ze op de aardbeienpuree.
8. Maak tenslotte nog een laag met het slagroom-mascarpone-mengsel.
9. Snijd de overige aardbeien door de helft en garneer de tiramisu daarmee. Dek de schaal af met folie en laat de aardbeientiramisu minimaal twee uur opstijven in de koelkast.
10. Strooi vlak voor het serveren een beetje poedersuiker over de aardbeientiramisu.



LERAAR		SPAANSE EDELMAN		MANWIJF		GRAAN- PAKHUIS		ONHEILS- GODIN		PLAATS AAN HET MAR- KERMEER
SPRAAK- LERARES		KUIL		AFFICHE				SPROOKJES- FIGUUR		
KETTING- ZANG						GEZANG				
DUW						TONG- BEWEGING				
			ONTVANG- KAMER						GAT	
			INSECTEN- ETER							
PROEF- PERIODE		KOKER				EXPLOSIEF				
		KLOKJES- BLOEM				MEISJES- NAAM				
					NAUW					GROTE MENSEN- MENIGTE
					ZANGNOOT					
VAN ADEL	VRUCHT					DEZELFDE				
	WIJSJE					INHOUDS- MAAT				
				FAMILIELID				ACHTER		
				KNUDDE				PAUSEN- NAAM		
OUDE LENGTE- MAAT			PARAPLU (POP.)				PLANT			
LEERSOORT			LIDWOORD				ETAGE			
					SCANDINAVI- SCHE TAAL					
NIKS						AMBT- KLEED				



2	4			8	7		5	
6						8		
		7	4	6		2	9	
	9		3		8			2
3	7					4		8
		2		1	4	9		
9	1		5		2		7	6
			1		3			4
	3	4				1		

3	2				5		4	8
	4			8		2	6	
		6		3	2			
	6			7	4			5
4	3			2		1		6
7			1				3	
2		3	6		8	9	5	
			5		7	3		1
9		7						

	MENU 1		GROOTE BROEL MENU 2
 05/05	Hamrolletjes met Brussels lof en puree		Saltimbocca van kalkoen penne 4 kazen en erwten
 06/05	Kippenballetjes in Luikse saus waldorfslaatje met puree		Fish n chips huisgemaakte tartaar en komkommerkubus aardappelwedges
 07/05	Koude schotel met ham/asperges en aardappelsalade		Spaghetti bolognese en emmentaler
 08/05	Brochette "du patron" met Pervençaise saus kropsla & tomaat met frietjes		Kipfilet met Japanse saus kropsla & tomaat met frietjes
 09/05	Huisbereide zalmlasagne		Witte pens met gestoofde bloemkool en puree
 10/05	Kippencordonbleu met broccoli en aardappelwedges		Groenlandse tarbot bieslooksausje wok prei/witloof Franse kruidenpuree
 11/05	Parelhoenfilet met roomsaus groentenbundel gratin dauphinois		Entrecote met bearnaisesaus veldsla en aardappel in de schil



	MENU 1		GROOTE BROEL MENU 2
 12/05	Chipolata met appelmoes en aardappelblokjes met rozemarijn		Kabeljauwfilet met gestoofde prei en zoete aardappelpuree
 13/05	Kalkoenpavé "archiduc" met sperzieboontjes en gebakken krieltjes		Macaroni met gekookte kalkoenreepjes
 14/05	Préparé met koude schotel en frietjes		Kalfsworst met erwten en wortelen puree
 15/05	Brusselse steak met pepersaus salademix en frietjes		Vol au vent met geraspte wortelen en frietjes
 16/05	Scharthongrolltejes met nantuasauss groenteweelde en Franse kruidenpuree		Gratin dubarry
 17/05	Hongaarse goulach met zoete paprika en bassmatirijst		Zuiderse kotelet lentehutsepot
 18/05	Piepkuiken met dragonroomsaus kropsla en tomaat kroketjes		Kalfsstoofpotje met aardappelblokjes



	MENU 1		GROOTE BROEL MENU 2
 19/05	Boerenbraadworst met koolrabi in bechamelsaus en puree		Ravioli 4 kazen met bladspinazie en ricotta
 20/05	Moussaka op wijze van de chef		Gevogeltegyros met tomaat en basmatirijst
 21/05	Gentse waterzooi met groenterijst		Oostends vispannetje met gestoofde prei en puree
 22/05	Konijn met pruimen appelmoes en kroketten		Gebraad "prince orloff" met roomsaus wortelen en kroketten
 23/05	Zalmfilet met kruidenkorst venkel/champignons citroenbotersaus en puree		Kalfsvogelnestje met tomatensaus en broccolipuree
 24/05	Kortrijkse bol met roze pepersaus schorseneren gesauteerde krielaardappelen		Pasta pesto met tomaat/ courgetti en mozzarella
 25/05	Kipfilet "archiduc" kropsla & tomaat dennenaardappelen		Rundstong met champignons madeirasaus dennenappelkroketten



	GROOTE BROEL MENU 1		MENU 2
 26/05	Ravioli 4 kazen met bladspinazie en ricotta		Ravioli 4 kazen met bladspinazie en ricotta
 27/05	Gevogeltegyros met tomaat en basmatirijst		Gevogeltegyros met tomaat en basmatirijst
 28/05	Oostends vispannetje met gestoofde prei en puree		Oostends vispannetje met gestoofde prei en puree
 29/05	Gebraad "prince orloff" met roomsaus wortelen en kroketten		Gebraad "prince orloff" met roomsaus wortelen en kroketten
 30/05	Kalfsvogelnestje met tomatensaus en broccolipuree		Kalfsvogelnestje met tomatensaus en broccolipuree
 31/05	Pasta pesto met tomaat/ courgetti en mozzarella		Pasta pesto met tomaat/ courgetti en mozzarella
 01/06	Rundstong met champignons madeirasaus dennenappelkroketten		Rundstong met champignons madeirasaus dennenappelkroketten



	GROOTE BROEL MENU 1		MENU 2
 02/06	Hamrolletjes met Brussels lof en puree		Saltimbocca van kalkoen penne 4 kazen en erwten
 03/06	Kippenballetjes in Luikse saus waldorfslaatje met puree		Fish n chips huisgemaakte tartaar en komkommerekubus aardappelwedges
 04/06	Koude schotel met ham/ asperges en aardappelsalade		Spaghetti bolognese en emmentaler
 05/06	Brochette "du patron" met Pervençaise saus kropsla & tomaat met frietjes		Kipfilet met Japanse saus kropsla & tomaat met frietjes
 06/06	Huisbereide zalmlasagne		Witte pens met gestoofde bloemkool en puree
 07/06	Kippencordonbleu met broccoli en aardappelwedges		Groenlandse tarbot bieslooksausje wok prei/ witloof Franse kruidenpuree
 08/06	Parelhoenfilet met roomsaus groentenbundel gratin dauphinois		Entrecote met bearnaisesaus veldsla en aardappel in de schil





SUDOKU

2	4	3	9	8	7	6	5	1
6	5	9	2	3	1	8	4	7
1	8	7	4	6	5	2	9	3
4	9	1	3	5	8	7	6	2
3	7	5	6	2	9	4	1	8
8	6	2	7	1	4	9	3	5
9	1	8	5	4	2	3	7	6
7	2	6	1	9	3	5	8	4
5	3	4	8	7	6	1	2	9

3	2	1	9	6	5	7	4	8
5	4	9	7	8	1	2	6	3
8	7	6	4	3	2	5	1	9
1	6	2	3	7	4	8	9	5
4	3	5	8	2	9	1	7	6
7	9	8	1	5	6	4	3	2
2	1	3	6	4	8	9	5	7
6	8	4	5	9	7	3	2	1
9	5	7	2	1	3	6	8	4



KRUISWOORDDRAADSEL

LEREER	D	SPAANSE EDELMAN	D	MANWIJF	K	GRAAN-PAKHUIS	S	ONHEILS-GODIN	A	PLAATS AAN HET MARKERMEER
SPRAAK- LERARES		KUIL		AFFICHE				SPROOKJES- FIGUUR		
	L	O	G	O	P	E	D	I	S	T
KETTING- ZANG	C	A	N	O	N		GEZANG	L	I	E
DUW							TONG- BEWEGING			D
	Z	E	T		ONTVANG- KAMER	S	A	L	O	N
					INSECTEN- ETER				GAT	A
PROEF- PERIODE	N	KOKER	E	T	U	I	EXPLOSIEF	B	O	M
		KLOKJES- BLOEM					MEISJES- NAAM			
	S	T	A	G	E	NAUW	K	R	A	P
						ZANGNOOT				GROTE MENSEN- MENIGTE
VAN ADEL		VRUCHT	K	E	R	S	DEZELFDE	I	D	E
		WIJSJE					INHOUDS- MAAT			M
	E	D	E	L	FAMILIELID	O	M	A	ACHTER	N
					KNUDDE				PAUSEN- NAAM	A
OUDE LENGTE- MAAT	E	L		PARAPLU (POP)	P	L	U	PLANT	L	I
LEERSOORT				LIDWOORD				ETAGE		S
	S	U	E	D	E	SCANDINAVI- SCHE TAAL	D	E	E	N
										S
NIKS	N	I	E	T	S	AMBT- KLEED	T	O	G	A

Signaal is een uitgave van
Zorggroep H. Hart Kortrijk

Verantwoordelijke uitgever:
W. Baeckelandt
Corporate Algemeen Directeur

Redactie:
Het onthaal
Tel.: 056/32 10 00

