

# *Ziekenzorg Gooik Magazine*

*Nummer 5 - Winter 2014*

*Kerstmis roept diepe verlangens op naar vrede voor alle mensen,  
naar vriendschap en geluk.*

*Kerstmis doet dromen dat de wereld anders zou kunnen  
en anders zou moeten.*

*Hopelijk sterven die diepe verlangens niet onder de tegenslagen,  
de ontgoochelingen en de moeilijkheden van het leven.*

*Ge kunt heel zware dingen meemaken, mensen kunnen u  
ontgoochelen, ziekte en dood duiken steeds ergens op.*

*Houd toch maar uw diepste verlangens levend.*

*Keer u daarvoor naar het kind in de kribbe.*

*Het ligt er zonder pretentie en zonder sier.*

*Het wil in u iets wakker roepen: dat er hoop is...,  
dat licht mogelijk is, dat gij ook licht kunt zijn.*

*En licht kunt ge zijn voor mensen die op uw weg komen:*

*een simpele glimlach, een vriendelijk woord,*

*een welgemeend 'dank u' ...en vul zelf maar aan,*

*laat uw fantasie maar werken hoe ge op uw beurt een beetje licht  
kunt zijn voor anderen.*

*Zo wordt het ongetwijfeld een Zalig Kerstmis.*

*We wensen al onze zieken een Zalig Kerstmis en heel gelukkig  
nieuw jaar. Uiteraard is de best mogelijke gezondheid hierin een  
belangrijke factor. Maar we wensen u ook veel warmte en  
verbondenheid met de mensen om u heen.*

## *Ziekendag Ziekenzorg Gooik op 2 oktober. Een succes!*

Op donderdag 2 oktober werd zaal Familia omgetoverd tot een gezellige feestzaal met mooi gedekte tafels, mooie bloemstukjes, prachtige menukaarten en veel blijde mensen. We waren met een 60-tal aanwezigen, waardoor de zaal flink gevuld was. Zij genoten van de aanwezigheid van burens en kennissen die ze misschien al een tijdje niet meer hadden gezien. Vanuit de keuken steeg de heerlijke geur van de gerechten op en een heerlijk glaasje wijn zorgde ervoor dat de tongen los kwamen en allerlei leuke verhalen en weetjes met elkaar werden gedeeld.

Pastor Koen zorgde voor een aangepaste viering, met mooie teksten en stemmige samenzang, die erg gewaardeerd werd. Nadien was het tijd om de hongerige magen te vullen met een heerlijke preisoep, zeer lekkere vis met noilly pratsaus en pasta en een verrukkelijk dessertenbord. Uit de commentaren achteraf bleek de waardering voor dit menu.

Tijdens een kort overzicht werd de werking van het afgelopen jaar toegelicht. Ook een terugblik op de vorige ziekendag aan de hand van een reeks mooie foto's werd zeker gesmaakt.

Er was zeker ruim de tijd voor leuke babbels aan de tafels, zodat de tijd snel verstreek en het 17u was voor we het merkten.

Opnieuw een geslaagd feest met dank aan alle kernleden die elk met haar of zijn vaardigheden van deze bijeenkomst een succes maakten.

## *Koffienamiddag voor de Mantelzorgers in Gooik*

Ook dit jaar organiseert de CM Ziekenzorg 4 Koffienamiddagen voor de Mantelzorgers die door gaan in De Cam bij ons in Gooik. In 2015 gaan deze namiddagen door telkens op een donderdag, namelijk op 12 februari, 2 april, 1 oktober en 5 november 2015, telkens van 13u30 tot 15u30. Tijdens deze bijeenkomsten kunnen mantelzorgers ervaringen uitwisselen met lotgenoten.

Geef deze informatie door aan jouw mantelzorger: de persoon (partner, familielid, buur of vriend) die jou helpt met verzorging en dagelijkse taken in het huishouden. Wellicht vindt hij of zij dit een zinvol initiatief.

## Wat als de verzorging van de zieke soms wat moeilijk wordt?

Het is de bedoeling voor elk van ons om zo lang mogelijk in onze vertrouwde omgeving te blijven wonen. Hiervoor bestaan allerlei hulpvormen om dit mogelijk te maken. In de eerste plaats is er de zeer gewaardeerde zorg en hulp van de mantelzorgers (partner, kinderen, familie, vrienden of burenen). Zij helpen bij allerlei taken zoals: hulp bij het eten, wassen, poetsen, strijken ... Ook **oppashulp** door een vrijwilliger die de zorg eventjes overneemt is mogelijk. De mantelzorgers worden vaak zelf wat ouder of de omstandigheden laten niet toe om al deze taken verder op te nemen. Dan kan er een beroep gedaan worden op **professionele thuishulp**: bijvoorbeeld poetshulp, een klusjesman, warme maaltijden, de strijkwinkel. Verder is ook **gezinshulp** (poetsen, strijken, boodschappen doen en maaltijden bereiden) gedurende meerdere uren en dagen in de week een goede oplossing.

In sommige gevallen is **dagopvang** een oplossing, wanneer bvb. de kinderen gaan werken. De zieke of bejaarde kan dan overdag terecht in de dagopvang en brengt de nachten gewoon thuis door. Dit is ook in onze buurt mogelijk.

In andere gevallen is een **kortopvang** in een rusthuis de oplossing wanneer de thuiszorg gedurende een beperkte periode niet mogelijk is of om te herstellen na een ziekenhuisopname. Meerdere rusthuizen uit de buurt kunnen helpen. Wanneer de eigen woning niet langer aangepast is aan de leefomstandigheden van het gezin (té grote of verouderde woning, grote tuin of gevoel van onveiligheid) dan kan een **serviceflat** (of assistentiewoning) een oplossing zijn. Je blijft je eigen meester in huis, maar je kan, indien het nodig is, snel een beroep doen op professionele hulp die steeds nabij is.

Tot slot is er de mogelijkheid van een opname in **het rusthuis**. Weet dat hier vaak (lange) wachtlijsten zijn en het dus wenselijk is om je tijdig op deze wachtlijst te laten opnemen, wat je trouwens niet verplicht om onmiddellijk in te gaan op een oproep zonder dat je je plaats op de lijst verliest.

Voor meer info kan je terecht bij je huisarts of bij het OCMW.

## Gezongen Kerstwensen

Ook dit jaar gaan we in de Kerstperiode opnieuw onze Kerstwensen al zingend bij onze zieken brengen. Dit jaar bezoeken we zingend onze zieken in de Dorpsstraat, Mgr Abbeloosstraat, Wijngaardstraat, Stuivenbergstraat, Oplombeek, Drie Egyptenbaan, Eeckelstraat en Lindestraat.

Bij deze mensen gaan we op maandagnamiddag 22 december of dinsdagnamiddag 23 december langs, telkens tussen 14 - 17u. Geef een seintje indien je niet thuis bent op een van deze data!

Op 26 december in de namiddag gaan we naar WZC Eyckenborch bij de mensen die in het rusthuis verblijven.

Bij dit bezoek brengen we met de Kernleden van Ziekenzorg, gratis en voor niets, een paar bekende Kerstliederen bij de zieke thuis.

Uiteraard krijgen rond de Kerstperiode alle zieken het bezoek van hun ziekenbezoeker. Zij ontvangen bij deze gelegenheid opnieuw een mooie Ziekenzorgkalender voor 2015. Vorig jaar gingen we naar Kwakenbeek en de Edingsesteenweg. Volgend jaar komen de mensen uit de Koekoekstraat, Terlostraat en omgeving aan de beurt.

## Wat staat er volgend jaar op onze agenda?

Uiteraard zullen onze ziekenbezoekers, zoals overeengekomen, regelmatig bij jullie op bezoek komen. Ook de Gooikenaars in een rusthuis, buiten Gooik, mogen een bezoekje verwachten. Jullie mogen rekenen op 4 nummers van ons Ziekenzorg Gooik Magazine. In het voorjaar loopt onze solidariteitstombola en onze bloemenverkoop. Bij de hoogdagen is er speciale aandacht voor de zieken die graag de H. Communie ontvangen. Eind juni bezorgen we de mantelzorgers een attentie. Ook in 2015 zullen we samen een uitstap of bedevaart doen. In oktober is er onze jaarlijkse ziekendag met warme maaltijd en ontspanning. We sluiten het jaar opnieuw af met onze gezongen Kerstboodschap.