



't Medardje



Maart 2026

WZC St.-Medard jaarkalender 2026

**Dinsdag
3 maart**

Uitstap Jules Destrooper

**Dinsdag
10 maart**

Feest 80+ in de Kemlis

**Vrijdag
13 maart**

Pyjama-ontbijt

**Dinsdag
24 maart**

Restaurantdag

**Vrijdag
8 mei**

Moederdagfeest

**Zaterdag
6 juni**

Medardusfeest

**Dinsdag
14 juli**

Wijtschate kermis: tent Samana

Dit zijn enkele grote evenementen. De dagdagelijkse activiteiten vind je terug op de laatste pagina's.

VOORWOORD

Beste bewoners, familieleden en collega's,

Maart brengt een bijzondere verandering met zich mee. De winter maakt stilaan plaats voor de lente. We merken het aan het zachte ochtendlicht, aan de dagen die langer worden en aan de eerste bloemen die voorzichtig hun kleuren tonen. Het is alsof de natuur ons uitnodigt om opnieuw naar buiten te kijken en te genieten van al het moois dat groeit en bloeit. Voor mij is dit het teken om mijn fototoestel terug boven te halen.



De lente staat symbool voor vernieuwing en hoop. Het is een seizoen dat energie geeft en kleine geluksmomenten zichtbaar maakt: een zonnestraal op het terras, het gezang van vogels in de vroege ochtend, of samen genieten van een wandeling in onze tuin. Ook binnen kunnen we de lente laten binnenkomen met frisse bloemen, vrolijke kleuren en gezellige momenten samen.

Ook deze maand hebben we weer fijne activiteiten gepland. Van creatieve momenten tot muzikale namiddagen en gezellige samenzijn: er is voor ieder wat wils. We hopen dat u er samen met ons van geniet.

Maart is ook een maand waarin we stilstaan bij verbondenheid. Kleine gebaren, een glimlach, een luisterend oor – ze maken een wereld van verschil. Samen maken we van ons woonzorgcentrum een warme plek waar iedereen zich thuis mag voelen.

Met een warme lentegroet,



Lindsey Hooghe
Sociale dienst



Nedardusfeest

SAVE THE
DATE

06.06.2026

Meer

informatie

binnenkort



WELKOM MAART!



Maart is zeker een vraag en antwoord waard!

Zeg, ken je ze nog? Kun je bepaalde catechismusvraagjes correct verwoorden? Misschien nog even testen tijdens de 'Grote – of Kleine Lering'.

Bart staat aarzelend en heel bedeesd recht en kijkt de medepastoor een ietwat wantrouwig in de ogen. Maar de 'onderpaster' vuurt al heel gauw een vraag op hem af. "Waar is God?" vraagt hij bijzonder beslist. Nee, voor hem is er geen twijfel mogelijk! Bart slist een beetje en zijn helder stemmetje klinkt bijzonder krachtadig: "God is overal, beweert hij luid, in de hemel, op de aarde en op alle plaatsen."

"Goed Defever, beaamt de priester, ga maar zitten." Bart bekijkt intens zijn klasvrienden en schuifelt op zijn stoel. Een aantekening in het boekje van de kapelaan volgt prompt.

Je weet het beslist wel, oudere lezer: De catechismus moesten woordelijk van buiten worden geleerd. De 'lering' was hiertoe de geschikte plaats.

O.K. dan, we starten dan ook dan ons klassieke vraag – en antwoordspelletje;

Kun je de maand maart eens oven omschrijven?

Wel, maart is de derde maand van het jaar en telt 31 dagen. De natuur ontwaakt en de (astronomische) lente begint (1 maart).

Maar...maart roert vaak zijn staart. Het weder kan beslist koud en stormachtig zijn en het kan zelfs sneeuwen. Zon en wind houden elkaar dikwijls, perfect in evenwicht en zorgen voor voldoende afwisseling, maar oppassen voor nachtvorst hoor! Dit komt immers heel vaak voor!

Maart is de maand, waarop de lente officieel begint. In juni start dan een ander seizoen.

De maand maart is genoemd naar de Romeinse god Mars, de god van de oorlog. Voor 153 voor C. was maart zelfs de eerste maand van het jaar, maar de eigenlijke maandnaam is niet Mars maar Martius.

In januari en februari was er voor de Romeinse legioenen heel weinig te beleven en verbleven de soldaten in hun basiskampen. Maar het weer werd beter en messen en speren werden weer geslepen: De Romeinen trokken ten strijde!

Bestaan er nog andere namen voor deze maand?

Uiteraard, wis en zeker! We sommen ze graag voor u op: We spreken dan over de lentemaand, de windmaand, de buienmaand, de gulden maand en de dorre maand.

De lentemaand

Een heel evidente maandnaam is lentemaand. De astronomische en de meteorologische beginnen dus.

En wat dacht je van de **windmaand**? Misschien wennen we wel eraan. In deze maand kan het beslist heel wat waaien.

De buienmaand

We 'ontmoeten' in deze maand enkele maartse buien en aprilse grillen.

Graag twee verklaringen voor **dorre maand**.

'Dor' wordt hier verwisselt met 'Thor'. Deze Thor was de Germaanse god van donder en bliksem. Een andere verklaring is dan ook echt letterlijk: 'Dor' slaat op hier op de dorheid van de natuur. De takken in het voorjaar zijn immers kil en koud.

De maand **gulden maand** mag er zeker zijn. Deze duidt hier op een zekere rijkdom. 'Gulden' is een ander woord voor gouden en betekent zoveel als kostelijk.

O ja, misschien even zwemmen in een astrologische vijver, want daar zwemmen, gelukzalige, onbezonnen Vissen rond. Maar.... Ze doen dit maar tot 20 maart. Daarna wordt het beslist heel gevaarlijker, want een Ram schijnt ten tonele en dat doet hij exact tot 21 april.

Verberg u dus onmiddellijk, want Vissen pissen graag tussen lissen!

En hoe zit het dan weer met het weer?

Het zit dus tamelijk goed, bedankt, maar toch blijft het maar een heel afwisselende maand. Het kan dus sneeuwen en vriezen, het kan ook smelten en dooien, we zien zonneshijn, maar voelen ook regendruppen. Maar vooral, 'Madame Soleil' laat zich heel graag zien!

De gemiddelde temperatuur in onze streek bedraagt 7,1°. Eind maart stijgt ze zelfs tot 10,9°. Sneeuwbuien zijn tamelijk zeldzaam, gemiddeld 3 per jaar. Plaats je slee dus op zolder! Maxima rond 20° komen reeds heel vaak voor.

2022 was eerder uitzonderlijk. Het was enerzijds een heel droge maand (slechts 2,2 mm), maar het was ook een heel warm jaar met liefst 227 uur zonneshijn (normaal 59,3 uur!).

Zou het dan ook echt waar zijn? 'Maart heel, heel warm, maakt voel boerkens arm!'"

Welke kleuren en bloemen typeren deze maand?

Twee bloemen in deze maand zijn typische lentebloeiers. Het zijn dan ook bloemen die in deze maand heel veel voorkomen.

De **narcis** is het symbool van veel geluk. Het is tevens een teken van moed, spirituele vrijheid en vernieuwing.

Twee kleuren domineren hier: 'aqua blauw' en 'havenblauw'. Aqua blauw duidt op een iemand, die ietwat domiger, maar empathisch is. Dit blauw doorziet een beetje de wereld van de 'schone schijn' en maakt ons opgewekt en blij. Ook 'havenblauw' is bijzonder optimistisch. Het zijn heel heldere kleuren, waarbij men een vrolijk lentelied kan aanheffen en misschien lijken mensen, die in maart geboren zijn, fel op deze bloemen.

Eén van de geboortestenen van deze maand is **aquamarijn**, een edelsteen bekend om zijn heldere, blauwgroene kleur. Misschien doet hij ons denken aan de oceaan. Deze steen staat symbool voor vrede, liefde, hoop en fijne communicatie.

Ook de **bloedsteen** wordt geassocieerd aan de maand maart. Het is een steen met rode spikkels. Hij staat symbool voor een nieuw begin, wedergeboorte en hoop.

O ja, wat eten wij, in maart vandaag?

Wat gaat er dan door onze maag?

Wel, wij eten groenten en fruit.

Hopelijk komt alles er nier uit!

We eten vandaag nier in alfabetische volgorde. Dat zou immers heel zwaar op de maag liggen. Maak dus een verantwoorde of lekkere keuze.

Kies dus tussen, aardpeer, andijvie, asperge (wit), aubergine, bloemkool, boerenkool, boontjes, broccoli champignons, Chinese kool, courgettes, frislina, groene boontjes, knolselderij, komkommer, lente – uitjes, mais, oesterzwam, paksoi, paprika, pastinaak, peterselie, pompoen, prei, rapen, rabarber, radijs, rammenas, rode biet... ui(t)



Zijn er speciale dagen in de maand maart?

Uiteraard, en er zijn er heel wat. Opsommen is dus de langverwachte boodschap.

1 maart: Nationale Complimenten dag

3 maart: Wereld Natuur Dag

8 maart: Internationale Vrouwendag

*Maar..... in België wordt deze dag op **11 november** gevierd. Een wets voorstel voor het veranderen van deze dag, ligt nog in de koelkast.*

PI: 3, 141592665358979323846

14 maart: **P. I.** dag, want het getal 3,14 staat hier alvast centraal (de 14^{de} dag van de 3^{de} maand. Er wordt die dag heel wat **PI** zza verorberd.

17 maart: St Patricks Day: Ierland kleurt helemaal groen!

21 maart: De lente begint.

Wereld Downsyndroom Dag

22 maart: Het woord **O.K.** wordt voor de eerste keer gebruikt. Dit gebeurde in de krant de 'Boston Morning Post'. Het betekent: 'Het is juist' 'Het is correct'. Het werd voor de eerste maal gebruikt door Nederlandse kolonisten.

27 maart: Pannenkoeken dag

En voor wie het vergeten is

*De lente komt er dus zeker aan
Het slechte weer is van de baan*

Want....

*Here Comes the Sun doo – doo – doo
Here Comes the Sun
And I say: It's all right*

(The Beatles)





VALENTIJSFEEST

De dag van de liefde wordt gevierd op 14 februari, de naamdag van de Heilige Valentijn. Ook bij ons werden de koppeltjes verwend met een Valentijnsmenu. In de cafetaria hadden ze een tête-à-tête met een aperitief. Vervolgens ging het menu verder met tartaar van gerookte zalm, gebakken eendenborstfilet met rode bietjes, groentjes en gratin dauphinois. Een Valentijnsgebak werd de afsluiter van deze middag.





Beste bewoner, medewerker, familie, vrienden, vrijwilligers,

In maart willen we extra aandacht hebben voor het emotioneel welzijn van wie rondom ons is. We wonen/werken/komen langs in een **woonzorgcentrum**. Het lichamelijke wordt automatisch in het oog gehouden. Denk maar wanneer iemand een schouder of been heeft gebroken ten opzichte van iemand die depressief is. Het ene is zichtbaar, tastbaar en makkelijk te



verantwoorden. Een depressie, eenzaamheid, verdriet en nog zovele dingen zitten vaak verborgen en toch verdient dit evengoed onze aandacht. Een gewone, oprechte 'oe is't?' kan hier al bij helpen.

Een tijdje geleden vertelde een buurvrouw, na haar kankerbehandeling, dat ze vaak de vraag kreeg 'alles goed?'. Voor haar was dat veel te ruim. Ik denk dat er weinig mensen het geluk hebben dat 'alles' goed gaat. Terwijl 'lukt het (een beetje)' veel beter behapbaar en beantwoordbaar is. Sindsdien let ik erop de 'alles goed' te laten vallen.

Er leeft bij ieder van ons veel meer dan dat we zien, ieder met zijn eigen rugzak. Hoe fijn is het voor jezelf wanneer de ander écht in jou geïnteresseerd is?

En als bonus kan het jou betekenis en een goed gevoel geven wanneer je écht in relatie bent getreden met je baas, collega, bewoner, bezoeker,...

In maart komen Ben (algemeen directeur), Wieland (burgemeester), Bert (Schepen van Welzijn) en Sigurd (directeur) zich in een schort wringen en mee in de leefgroep werken. Zo krijgen zij de kans om te ervaren, te voelen, aandacht te hebben en te vragen 'oe is't' aan bewoner, medewerkers en bezoekers.

Complimentendag

Tijd voor een compliment.

Op **zondag 1 maart** is het wereld Complimentendag. Een moment om elkaar in de bloemetjes te zetten! Hebben we al eens gezegd hoe blij we zijn met jou? Bedankt voor je vertrouwen, vandaag en elke dag.

Vier jij ook mee? Bedenk iets liefs en maak iemand gelukkig. Want complimentjes bezorgen niet alleen de ontvanger een boost. Ook er één geven wakkert je geluksgevoel aan. En het beste: ze zijn helemaal gratis.



Geef mensen een pluim en ze
krijgen vleugels

DIT GEBEURDE ER IN MAART

1 maart 1565

Will Trump ook Brazilië annexeren?



Nee, tenminste dat hoop ik toch, maar wat ik wel weet is, dat op **1 maart 1565** de Portugese ontdekkingsreiziger Estacio de Sa een nederzetting stichtte aan de Braziliaanse kust. Hij heette de plaats Sao Sebastiana du Rio de Janeiro. Ondertussen is Rio uitgegroeid tot een heuse wereldstad met meer dan 6 miljoen inwoners. Copacabana en het reuze Christusbeeld zijn wereldberoemd en ook carnaval mag er best wel zijn.

1 maart 1872: In de U.S.A. wordt het eerste Nationale Park ter wereld geopend.

Waarom Donald het Amerikaanse volkslied zong in NASA-plunje.

3 maart 1915

Nee, heel melodieus klonk het niet, maar op diezelfde dag wordt in de Verenigde Staten het 'National Advisory Committee for Aeronautics' opgericht. Deze organisatie werd opgedoekt en vervangen door een nieuw organisme, de NASA.

3 maart 1931: 'The Star Spangled Banner' wordt het officiële volkslied van de U.S.A. De tekst van dit lied werd in 1814 geschreven door Francis Scott.

Hebben Barbie en Barbarossa iets gemeen?

9 maart 1152

Vandaag wordt Frederik I, bijgenaamd Barbarossa (Roodbaard) door de aartsbisschop van Keulen tot koning van Duitsland gekroond. Drie jaar later wordt hij keizer van het Heilig Roomse Rijk.

9 maart 1959. Speelgoedfabrikant Mattel introduceert de pop Barbie, tijdens de American Toy Fair in New York. Ruth Handler wordt beschouwd als de bedenker van de pop.

Nee, Barbie en Barbarossa hebben enkel maar 4 letters gemeen



Mo Lukje toch! Nie doen! Kijk liever naar boven!

13 maart 1781:

William Herschel heeft het voor de eerste keer waargenomen. Maar het is helemaal geen ster, wel een hemellichaam, juister gezegd een planeet. Hij noemt hem Georgium Sidus, naar de Engelse koning Georges III. In 1850 wordt ze herdoopt tot Uranus.

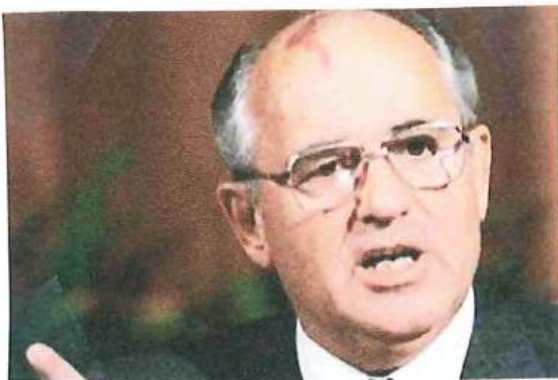
13 maart 1978: Drie Zuid – Molukkers dringen het provinciehuis van Drenthe binnen en gijzelen enkele mensen. De gijzelnemers eisen de vrijlating van 21 Zuid Molukse gevangenen. Om hun vrijlating kracht bij te zetten wordt één van de gevangenen, één uur na het begin van de gijzeling, voor een raam met kogels doorzeefd.

Het verhaal van Gorbi en Jempi!

15 maart 1971:

Regerend wereldkampioen Monseré komt bij een ongeval, tijdens een koers, in Retie om het leven.

15 maart 1990: Michael Gorbatsjov wordt de eerste en tevens de laatste president van de Sovjet – Unie. Zijn, al eerder ingezette politiek van Glasnost en Perestrojka (openheid en hervorming), leiden binnen twee jaar tot het uitéenvallen van de USSR.



Victorie Voor de NA VO !



17 maart 1861: Victor Emmanuel II, de koning van Sardinië, wordt de eerste koning van een verenigd Italië.

17 maart 1948: Frankrijk, het Verenigd Koninkrijk, België, Nederland en Luxemburg ondertekenen een verdrag, waarin afspraken worden gemaakt over militaire samenwerking in West – Europa. In 1949 leidt dit tot de NAVO (De Noord Atlantische Verdragsorganisatie).

Van Bach tot Bela

21 maart 1685:

Johann Sebastian Bach wordt geboren in de Duitse stad Eisenach. Bach wordt door de muzikwetenschappers beschouwd als één van de grootste componisten uit de geschiedenis van de klassieke muziek.

21 maart 1918: Bela Kun roept in Hongarije de Radenrepubliek uit, de eerste communistische staat, na de Oktoberrevolutie in Rusland.

Een duet van Claude en Elton

25 maart 1918:

De Franse componist Claude Debussy overlijdt in Parijs. Hij was één van de invloedrijkste componisten van de expressionistische muziek van deze tijd.

25 maart 1947: Popzanger, componist en pianist Elton John wordt geboren in de Londense wijk Pinner. Met meer dan 300 miljoen verkochte opnames is hij één van de succesrijkste artiesten ooit.

Een hip, elektronisch festival!

29 maart 1953:

Sovjet – Russische wetenschappers demonstreren in Londen de elektronenmicroscop.

29 maart 1969: Het 14^{de} Eurovisie Song Festival heeft maar eventjes 4 winnaars. Frankrijk zingt, met Frida Boccara over 'Un jour et un enfant'. Het Verenigd Koninkrijk stuurt Lulu. Die gaat er heel hard tegen aan: Boom Bange – Bang! Nederland doet het erg poëtisch met 'De Troubadour' en Spanje schreeuwt het krachtig uit met Salomé: 'Viva Cantando!'

Isaac beklimt een toren!

31 maart 1727:

De Britse wiskundige, astronoom en natuurfilosoof overlijdt in Kensington. Volgens een peiling beschouwen de leden van de Royal Society hem als de grootste geleerde in de geschiedenis van de wetenschap.

31 maart 1889: Op het terrein van de wereldtentoonstelling wordt de Eiffeltoren ingewijd.



Welkom aan de nieuwe bewoners



We heten **Agnes Vandewynckel** en haar familie van harte welkom in ons herstelverblijf.

Welkom aan de nieuwe personeelsleden



Sofie Salembier versterkt het team vanaf 16 maart als nieuwe hoofdverpleegkundige.

Wil je ook op deze pagina staan en een toffe job in de zorg?
Neem een kijkje op: www.heuvelland.be/jobs

 facebook.com/GemeenteHeuvelland

 instagram.com/GemeenteHeuvelland

 facebook.com/wzcstmedard

 [Gemeente Heuvelland](https://www.gemeenteheuvelland.be)

DICHTER BIJ DE DICHTER

Maart

*Stel ons zeker niet teleur
met storm, stofhagel en regenvlagen
Beloof ons negen, mooie zonnedagen.
Dan houden de mensen op met hun gezeur.
Soms is de natuur desolaat en zonder kleur.
Stel ons dan a.u.b. niet teleur.
Ons hart verlangt echt naar een beetje lentefleur.*



April



*Vermoeden begint te schitteren.
narcissen als paukenslagen
tulpen als vurige tongen
oorverdovende lente.*

*Je zwijgt en kijkt
ik smelt tot puur geluk
een seconde tijdeloos
altijd april.*

MEI

*Herman Gorter (1864 – 1927)
Fragment*

*Een nieuwe lente, en nieuw geduid.
Ik wil dat dit lied klinkt als het gefluit
dat ik vaak hoorde voor een zonnenacht
in een oud stadje, langs de watergracht
vergaarde schemer, aan de lucht blonk laat
nog licht, er viel een gouden blanke schijn
over de gevels in mijn raamkozijn*

Zo wil ik dat dit lied klinkt!





Wijtschate

BREAKING NEWS

WZC Sint- Medard

OP ZOEK NAAR VRIJWILLIGERS



Kom jij meehelpen?

Een uurtje van jouw tijd,
een wereld van verschil voor
onze bewoners.

Word vrijwilliger en
breng een glimlach mee."



WZC Sint-Medard
Kapelaniestraat 2
8953 Wijtschate

Tel : 057 230 300





UITNODIGING

10 JAAR DORPSRESTAURANT

We kijken er naar uit om samen met jou dit jubileum te vieren!



maandag 23 & donderdag 26 maart
11 uur



€ 9,50 voor inwoners en € 12 voor niet-inwoners
verminderd tarief € 6

Feestmenu

Aperitief met seizoenshapjes



Carpaccio van rund met parmezaan, rucola en garnituren



maandag: gebakken verse vis op vel

donderdag: stoofpotje

met crème van broccoli,
aardappelnootjes en gekarameliseerde tomaten



Dessertbordje

De plaatsen zijn beperkt, inschrijven vóór 6 maart is noodzakelijk
bij Hannelore tijdens het dorpsrestaurant, telefonisch via 0471 53 13 03
of via mail senioren@heuvelland.be

Uitzonderlijk slechts 1 inschrijving mogelijk in de feestweek,
maandag OF donderdag.

Het is niet mogelijk om op de dag van het feest nog te annuleren.

Nuttige info

Gratis Wifi 

Naam: Heuvelland free wifi

Paswoord: 864987145

Elke maand, om de 2 weken, komt het
rijdend winkeltje naar alle afdelingen.
Hier kunnen bewoners aankopen doen.

Op het gelijkvloers (0) is er een
drankenautomaat ter beschikking. De
automaat staat ter hoogte van de
keuken.

De cafetaria is elke **woensdag, feestdag en
zondag** open tussen 14u en 17u.
Op andere dagen is er koffie en water
verkrijgbaar in de koffiehoeke op elk verdiep.



Wil je als bewoner langs gaan bij onze **huiskapster** Annika?
Geef dan een seintje aan iemand van het (verzorgend) **personeel** of
rechtstreeks aan het **onthaal** (tijdens weekdays). Vergeet zeker
niet te vermelden welke behandeling je wenst!

Openingsdagen cafetaria (in het rood omcirkeld):

2026		MARCH					
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	
1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
29	30	31					



CARNIVAL

in Sint-Medard







Maandag
2 maart 2026



Soep

Dubarysoep



Middag

Spek van het huis
Mosterdsaus
Hutsepot

Witte chocolademousse



Avond

Mortadella

Dinsdag
3 maart 2026



Soep

Crécysoup



Middag

Gegrilde kipfilet
Vleesjus
Boterboontjes met tijm
Natuuraardappelen
Praliné mousse



Avond

Bloedworst met
appelmoes

Woensdag
4 maart 2026



Soep

Soep verdiep



Middag

Hamburger
Béarnaisesaus
Veldsla
Frietjes
Fruityoghurt



Avond

Varkensgebraadsalade in
mosterdsaus

Donderdag
5 maart 2026



Soep

Venkelsoep



Middag

Kippenbout
Vleesjus
Ratatouille
Rijst natuur
Seizoensfruit



Avond

Nazareth

Vrijdag
6 maart 2026



Soep

Champignonsoep



Middag

Gevulde scholfilet
Dillesaus
Broccoli
Puree
Roomijsje



Avond

Cassler

Zaterdag
7 maart 2026



Soep

Groentensoep



Middag

Vleesbrood
Braadjus
Bloemkool in kaassaus
Natuuraardappelen
Liégeois chocolade



Avond

Zalmsalade

Zondag
8 maart 2026



Soep

Tomatensoep



Middag

Jagersgebraad
Kruidige vleesjus
Erwten
Kroketten
Gebak



Avond

Camembert

Onze bereidingen kunnen sporen van andere allergenen bevatten (productie in een grootkeuken). De samenstelling van onze bereidingen kan veranderen. Gelieve u te wenden tot de verantwoordelijke van het restaurant deze zal u verder kunnen informeren over het type van gebruikte glutenbevattende granen en over het type van gebruikte noten.

Maandag
9 maart 2026



Soep
Parmentiersoep



Middag
Ovenschotel
met kip
Broccoli
Rijstpudding



Avond
Ardeense paté

Dinsdag
10 maart 2026



Soep
Broccolisoup



Middag
Braadworst
Bruin biersaus
Rabarber
Peterselie-aardappelen
Kriekenroom



Avond
Haring

Woensdag
11 maart 2026



Soep
Soep verdiep



Middag
Rosbief
Vleesjus
Seizoenssalade
Frietjes
Liégeois vanille



Avond
Ei-bieslooksalade

Donderdag
12 maart 2026



Soep
Kippensoep



Middag
Ardeense steak
Mosterdsaus
Courgetten in kaassaus
Natuuraardappelen
Roomijsje



Avond
Tomme Blanche

Vrijdag
13 maart 2026



Soep
Courgettensoep



Middag
Gebakken zalmfilet
Viskruidensaus
Knolselderpuree

Seizoensfruit



Avond
Cassler

Zaterdag
14 maart 2026



Soep
Andalousische soep



Middag
Kalkoenlapje
Zoetzure saus
Geglaceerde wortelen
Natuuraardappelen
Chocolademousse



Avond
Kip-curry salade

Zondag
15 maart 2026



Soep
Waterkerssoep



Middag
Gents gebraad
Portosaus
Gebakken witloof
Aardappelnootjes
Gebak



Avond
Abdijkaas

Onze bereidingen kunnen sporen van andere allergenen bevatten (productie in een grootkeuken). De samenstelling van onze bereidingen kan veranderen. Gelieve u te wenden tot de verantwoordelijke van het restaurant deze zal u verder kunnen informeren over het type van gebruikte glutenbevattende granen en over het type van gebruikte noten.

Maandag
16 maart 2026



Soep

Ajuinsoep



Middag

Chipolata

Vleesjus

Schorseneren, witte saus

Natuuraardappelen

Flan karamel



Avond

Gentse kop

Dinsdag
17 maart 2026



Soep

Pompoensoep



Middag

Gemarineerd varkenslapje

Rozemarijnsaus

Rode kool met appeltjes

Natuuraardappelen

Kokosmousse



Avond

Macaroni met kaas en
hesp

Woensdag
18 maart 2026



Soep

Soep verdiep



Middag

Kipfilet

Roze peperroomsaus

Perziken

Frietjes

Seizoensfruit



Avond

Pitasalade

Donderdag
19 maart 2026



Soep

Witte bonensoep



Middag

Rundsboulli

Suprêmesaus

Gestoofde wortelen

Natuuraardappelen

Roomijsje



Avond

Appelcake

Vrijdag
20 maart 2026



Soep

Tomatensoep



Middag

Waterzooi van

vis

Brunoisegroenten

Puree

Roomijsje



Avond

Mosterdspek

Zaterdag
21 maart 2026



Soep

Kervelsoep



Middag

Vogelnestje

Tomatensaus

Prinsessenbonen

Natuuraardappelen

Vanillepudding



Avond

Surimisalade

Zondag
22 maart 2026



Soep

Witloofsoep



Middag

Kalkoengebraad

Currysous

Ananas

Duchesse-aardappelen

Gebak



Avond

Passendaele

Onze bereidingen kunnen sporen van andere allergenen bevatten (productie in een grootkeuken). De samenstelling van onze bereidingen kan veranderen. Gelieve u te wenden tot de verantwoordelijke van het restaurant deze zal u verder kunnen informeren over het type van gebruikte glutenbevattende granen en over het type van gebruikte noten.

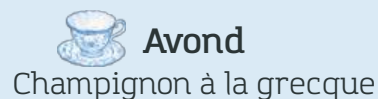
Maandag
23 maart 2026



Dinsdag
24 maart 2026



Woensdag
25 maart 2026



Donderdag
26 maart 2026



Vrijdag
27 maart 2026



Roomijsje



Zaterdag
28 maart 2026



Zondag
29 maart 2026



Onze bereidingen kunnen sporen van andere allergenen bevatten (productie in een grootkeuken). De samenstelling van onze bereidingen kan veranderen. Gelieve u te wenden tot de verantwoordelijke van het restaurant deze zal u verder kunnen informeren over het type van gebruikte glutenbevattende granen en over het type van gebruikte noten.

Maandag
30 maart 2026



Soep

Tomatensoep



Middag

Gevogeltreepjes op
grootmoeders wijze
Appelmoes
Natuuraardappelen
Liégeois chocolade



Avond

Champignonworst

Dinsdag
31 maart 2026



Soep

Rapensoep



Middag

Hespenrolletjes
Kaassaus
Witloof
Kruidenpuree
Fruitmacedoine



Avond

Ravioli

Woensdag
1 april 2026



Soep

Soep verdiep



Middag

Rundsstouffvlees
Ijsbergsalade
Frietjes

Liégeois vanille



Avond

Ei-bieslooksalade

Donderdag
2 april 2026



Soep

Courgettensoep



Middag

Varkensschnitzel
Vleesjus
Gestoufte bloemkool
Natuuraardappelen
Seizoensfruit



Avond

Camembert

Vrijdag
3 april 2026



Soep

Parmentiersoep



Middag

Gevulde scholfilet
Kreeftensaus
Lentegroenten
Puree
Roomijsje



Avond

Kippenwit

Zaterdag
4 april 2026



Soep

Minestrone



Middag

Ovenschotel
met
kip en pompoen

Platte fruitkaas



Avond

Roze garnalensalade

Zondag
5 april 2026



Soep

Dubarysoep



Middag

Varkensmedaillon
Portosaus
Wortelduo met rozemarijn
Kroketten

Gebak



Avond

Brie

Onze bereidingen kunnen sporen van andere allergenen bevatten (productie in een grootkeuken). De samenstelling van onze bereidingen kan veranderen. Gelieve u te wenden tot de verantwoordelijke van het restaurant deze zal u verder kunnen informeren over het type van gebruikte glutenbevattende granen en over het type van gebruikte noten.

Vervennamiddag

Op 10 februari werden onze dames in de watten gelegd door de leerlingen van Immaculata. Ze kregen er gezichtsmassage, hand- en gezichtsverzorging. De bewoners genoten er duidelijk van.





Oprechte deelneming

En telkens weer zullen we je tegenkomen,
We zeggen veel te gauw: het is voorbij.
Hij heeft alleen je lichaam weggenomen,
niet wie je was en ook niet wat je zei.

Toon Hermans



We bieden onze oprechte deelneming aan de familie met het overlijden van bewoner **Jules Lippinois**. Hij werd geboren te Ieper op 15/06/1940 en is overleden in het WZC op 20/02/2026.



DE LENTE IS IN HET LAND WEES a.u.b. niet AMBETANT!

Daar is de lente.

Daar is de zon.

Bijna – maar ik denk dat ze weldra gaat kopen

De Fallus Impidicus staat al in bloei

en de blaadjes krijgen bomen.

Bat Peeters en Jan De Wilde schreven deze heel bekende ode aan dit heerlijke seizoen en alleen de Fallus Impudicus baart ons een beetje zorgen. Een officiële zwammengids leert ons dat dit inderdaad de 'grote stinkzwam' is, vandaar dus die eerder irritante geurt. Maar dat laten we zeker niet ons hart komen! Goed, onmiddellijk dan maar starten met ons vraag – en antwoordspelletje.

Wanneer begint heel exact de lente?

Pientere wiskundigen hebben het, voor ons, uitgedroogd.

De lente begint, op de minuut, op **vrijdag 20 maart 2026, om 10u45**

Waar komt lente eigenlijk vandaan?

Wel, het woordje is van oorsprong een Proto – Germaans woord. Het betekent 'lange dagen', en deze komen er zeker.

Wat is dan het verschil tussen de astronomische en de meteorologische lente?

Wel, dit verschil zit voornamelijk in de tijdsduur. Puur wetenschappelijk begint de lente op 20 maart 2026 om 10u45.

De meteorologische lente duurt echter 3 maand: Van 1 maart tot 1 juni.

O ja, ik veronderstel dat jullie het reeds weten: Op 21 maart zijn dag en lang even lang.



Voor zij die het nog niet weten. Dit zijn enkele lentekenmerken.

De lente oogt heel positief. Men constateert 'een verhoogde vruchtbaarheid' en de natuur schiet geleidelijk wakker. De dieren ontwaken uit hun winterslaap en laten elkaar geenszins met rust. Je vermoedt het wel, ze gaan paren!

Planten en bomen kiemen en krijgen nieuwe scheuten.

In deze maanden zijn er heel wat traditionele feesten. We denken o.a. aan Pasen, Pinxten, Eerste en Plechtige Communie.

De mensen zijn vrolijk en blij en verwelkomen graag de nieuwe lente. Ze zijn blij, blij, blij!

Lente euforie of niet?

Je kent ze ook wel! Twee groepen mensen, maar ook 2 tegenstellingen.

Sommige mensen zijn echt euforisch tijdens de lenteperiode. Ze hebben het gevoel alles te weten en te kunnen.

Andere mensen dan weer, lijden aan 'voorjaarsmoedheid'. Ze zijn moe en lusteloos en hebben nergens zin in. Dit kan best het gevolg zijn van een te hoge concentratie van melatonine.

Het kan best: Zomertijd in de lente!

In de nacht van zaterdag op zondag (het laatste weekend van maart) maken we kennis met de zomertijd. In de **nacht van 28 en 29 maart** zetten we de klok **1 uur vooruit**. Dit heet men dan de **zomertijd**.

Uiteraard zijn er hiervan voor – en tegenstanders. Voorstanders wijzen vooral op de lagere energiefactoren. Tegenstanders zijn ervan overtuigd dat de natuur eventjes van slag is. Vooral jonge kinderen en dieren lijden daar meestal onder. Misschien een heel handig ezelsbruggetje voor eventuele twijfelaars: In het **VOOR** jaar gaat de klok **vooruit**.



Het 'lente artikel' zit en dus op, maar misschien enkele citaten om de lente bijzonder vrolijk in te zetten



Uit de dromen van de lente wordt in de herfst jam gemaakt!

Je kunt de lente voelen: De lucht ruikt naar lucht!

Een nieuwe lente, een nieuwe bruid.

En Peter De Koning zingt:

*'t Is altijd lente in de ogen van de tandartsassistent.
't Is altijd lente in de ogen van de assistente,
voor de patiënten van de assistente is het altijd lente.
Zij lacht naar mij.
Ik lach naar haar.
En het is voorjaar.
En het is voorjaar
Het maakt niet uit,
al raak ik al mijn tanden kwijt,
want het is lente, lente voor altijd.*



Proficiat aan onze vrijwilligers



03/03	Rosette Vanrapenbusch
05/03	Maria Roussère
10/03	Annie Nuyten
12/03	Maria Wittouck
16/03	Ignace Braem
23/03	Christine Plantefève
24/03	Willy Pysson
30/03	Walter Knockaert

Personeelsleden die kaarsjes mogen uitblazen



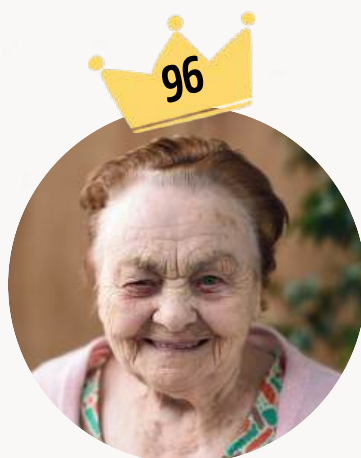
04/03	Gerda Decrock
09/03	Ingrid Cuvelier
10/03	Annemarie Debaer
16/03	Elien Sohier
20/03	Kimberley Maselis
26/03	Patricia Lahousse

HAPPY
BIRTHDAY

Proficiat aan onze bewoners



Deroo Anna
04/03



Carrein Lucienne
09/03



Vanhaecke Marguerite
10/03

Proficiat aan onze flatbewoners



Dutellie Philippe
11/03



Lefebvre Simonne
23/03

Wat is Bednet?

Bednet is een vorm van **online afstandsonderwijs**, voor **zieke** leerlingen die **langdurig** of **regelmatig** niet naar school kunnen gaan.

Via Bednet volgen afwezige leerlingen online les, samen met hun klasgenoten.

Ze zetten hun leerproces verder, ze houden contact met leeftijdsgenoten en ze blijven bij de klasgroep horen. Bednet creëert thuis en in de klas het gevoel dat een afwezige leerling écht mee in de klas zit.



Waarom een pyjamadag?

Op 13 maart steunen we alle leerlingen die door ziekte niet naar school kunnen. Om te laten zien dat we aan ze denken, roept Bednet iedereen op om die dag in **pyjama, onesie, jogging** of **andere slaapkledij** naar het werk te gaan.

In WZC Sint-Medard is er die dag ook een ontbijtbuffet voorzien!

Doe mee aan

Bednet

**#pyjama
dag**

**13 MAART
2026**

en steun
zieke leerlingen!

schrijf je gratis in



www.bednet.be/pyjamadag

 **die Keure**
— educatief

38

 **Vlaanderen**
— onderwijs & vorming



MEDARDUS SPORTDAG

Iedere **2de donderdag**
van de maand



**Voor alle bewoners en
medewerkers**

HET ZIJN MAAR (T) SPREUKEN!

*Maart brengt ons heel wat woorden en zinnen!
Woordspelingen van buiten en vanbinnen
Ook spreuken bevatten heel wat woorden
met bijzonder talige akkoorden
Spreuken, je kan er echt van genieten!
Je kunt er heel wat levenswijsheid in gieten.*



En meteen weten het al een heel tijdje: 'Maart roert zijn staart'. Het weder oogt aanvankelijk niet zo goed en op het eind van de maand is het soms erg stormachtig. 'Maartse regen brengt helemaal geen zegen' en wanneer dan toch buien bijzonder mals kletteren, schreeuwen we het vaak uit: 'Stop in maart is goud waard! We zijn dan ook heel tevreden en beamen het volmondig: 'Maart droog, april nat brengt veel koren in het vat.'

Het weder is het heel behoorlijk, maar twijfelt soms aan zichzelf. Sneeuw is beslist geen uitzondering. 'Nooit maart zo goed of het sneeuwt wel vol een hoed'. In het begin van de maand kan het zelfs heel slecht weer zijn. De storm steekt op. 'Maart is als een leeuw, maar eindigt als een lam'. Ze kan zelfs nog uitdijen: 'Danst het lammetje in maart, april vat het bij de staart'. We weten het immers al heel lang: 'Maart heeft een krul in zijn staart'.

'Het is immers in het begin of wel op het 'end' dat maart zijn gaven (?) zendt.' Ook donderslagen zijn heel vaak maartse ingrediënten. 'Dondert het in de maand maart, in mei dekt sneeuw de aard.

Oei, we gaan dus weer de pessimistische toer op en dat willen we geenszins niet. O.K. dan, 'Droge maart, natte april, koele mei vult de schuur en de kelder erbij.' 'want onze boerkens zijn ondanks alle problemen best tevreden.' Een droge maart, een natte april, is de boeren naar hun zin!

En voor te eindigen een goede raad van t.v. kok Jeroen Meeus: 'Van december tot maart is de schol de pan niet waard (platvis in de zomer).



Sportnamiddag



tijd heb...

toehoorders	→	Oost-ind. Comp.	→	reis	→	→	→	→	rugstuk	→
rechterlijk	→	1	6							
titel in Frankrijk	→			weefsel van gaas	→	3				
val	→			jaaglijn	→				5	
roofdier	→			dactylografie	→	4				
	→			moeite	→					8
	→			deel van studie	→				kuiltje bij golfspel	
	→			barcode	→		9			
lang	→			sector	→			uitsluiting van geloofsge-meent schap	→	afdeling
zeer vol	→							sjaal met veren om je te verkleiden	→	
	→							7		
uit aller naam	→							dier	→	
bijenhouder	→									
	→							Nederlands	→	
	→									

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

Schrap in elk vakje een letter. De letters die je laat staan, moeten horizontaal en verticaal echte woorden vormen!

Zweten in Zweden

VH	OP	NE	RD	AP
ED	TS		OM	OW
OL		ES	MG	AD
ML	BA	KT		IS
	RG	EL	UG	VE
EK	BM	MG	VA	AT

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

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

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

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

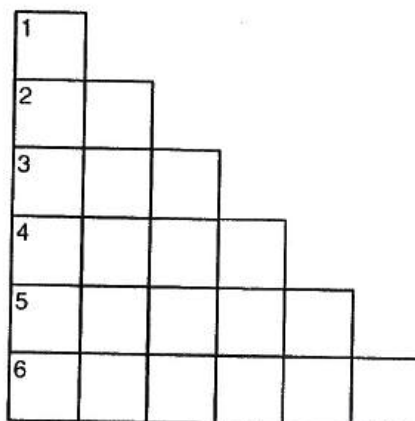
TRAPJE

Voeg telkens één letter toe.

1. klinker
2. daar
3. inwoner van Ierland
4. zuiver
5. spoorvoertuig
6. seizoen



Val niet van het Japanse trapje!



DOOLHOF

Volg de doolhof! Elk woord begint met de laatste letter van het vorige woord.

1. speelgoed
2. niet vast, maar
3. niet breed, maar
4. dat zing je
5. een van je vingers
6. keer
7. hoge schoen
8. dier zonder poten
9. dier met een lange hals
10. rijwiel
11. niet luid, maar
12. eetgerei
13. plakmiddel
14. grap
15. kat

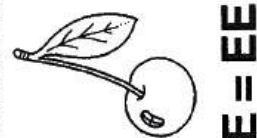
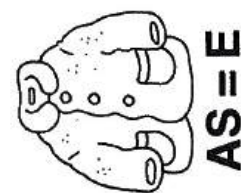
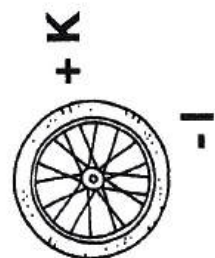
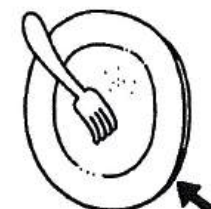
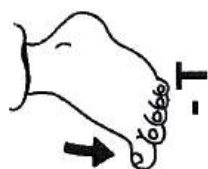
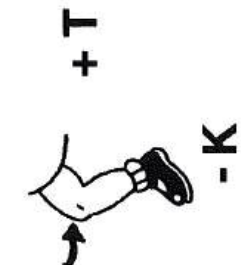
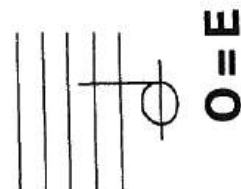
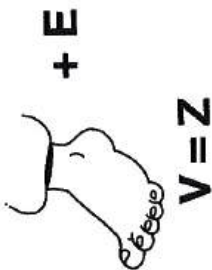
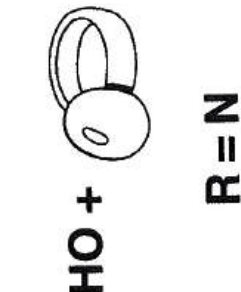
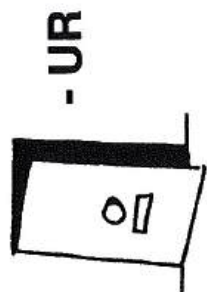
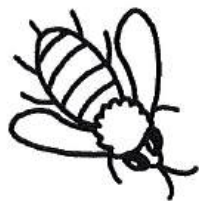
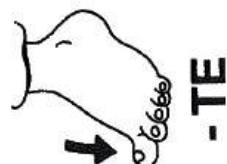
HORIZONTALAAL:

- | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | | | | | | |
| 5 | | | | | | |
| 4 | | | | | | |
| 3 | | | | | | |
| 2 | | | | | | |
| 1 | | | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

1. toiletartikel - ..., jij, hij
2. wier
3. plant met brandharen
4. vorm van "zijn" - niet vast
5. dat legt de kip
6. dat groeit aan je vinger

[illegible]

WIST JE DAT?

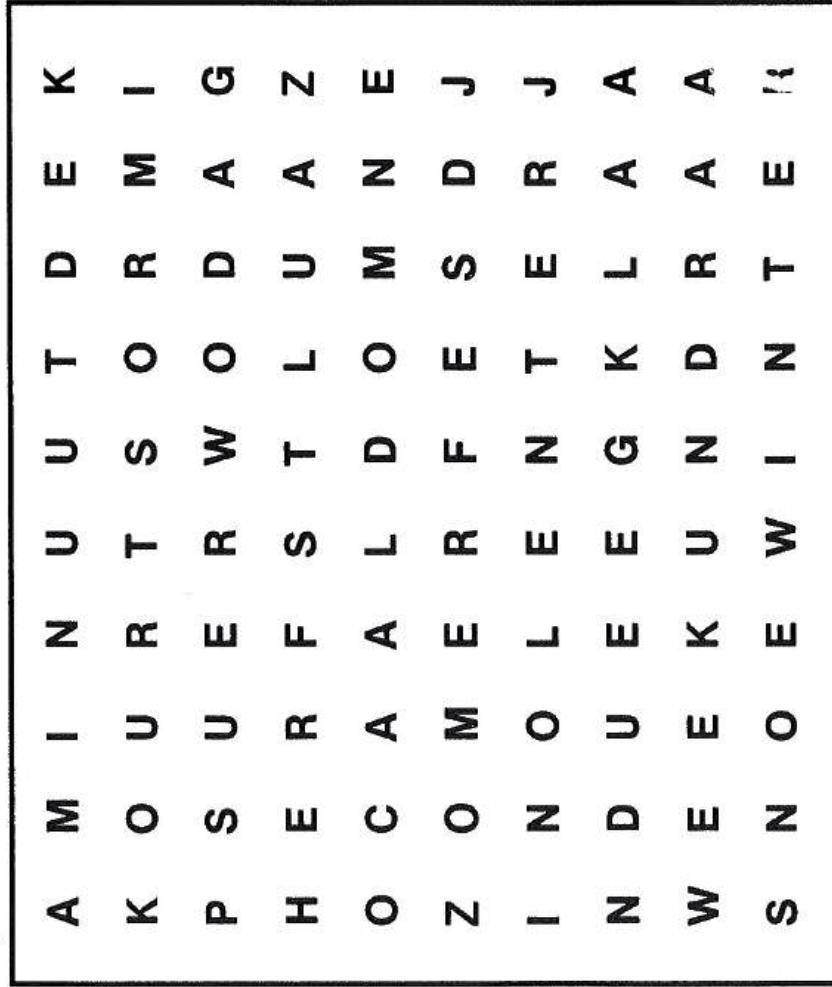


REBUSRAADSEL

Oplossing: De bij maakt honing van het zoete sap in de bloemen.

Oplossing: Van welk bord kun je niet eten? Van een verkeersbord.

DE TIJD



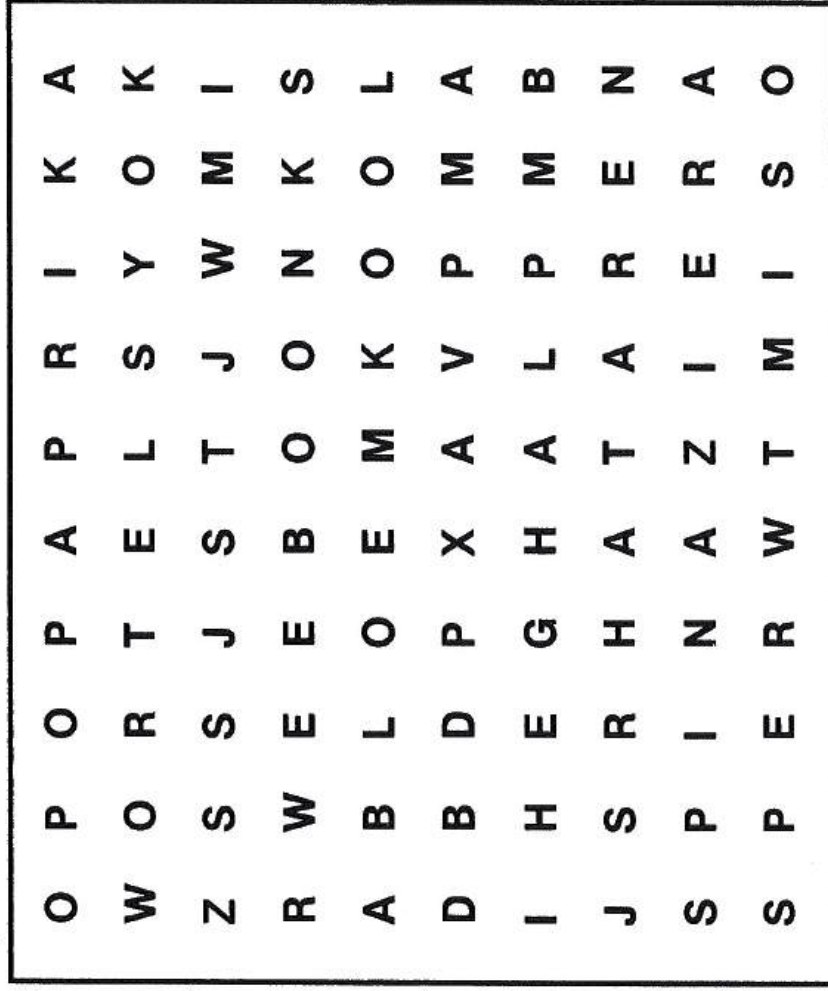
zoek de 12 woorden

DAG
EEUW
HERFST
JAAR
LENTE
MAAND

MINUUT
SECONDE
UUR
WEEK
WINTER
ZOMER



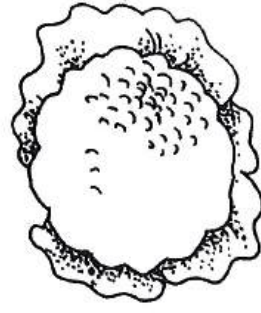
GROENTEN



zoek de 12 groenten

BLOEMKOOL
BOON
ERWT
KOMKOMMER
PAPRIKA
PREI

RADIJS
SELDERIE
SLA
SPINAZIE
TOMAAAT
WORTEL



Activiteiten

De Linde (0)

Datum		Activiteit
Maandag	02/03	Lente decoratie
Dinsdag	03/03	We maken soep / Uitstap Jules Destrooper
Woensdag	04/03	
Donderdag	05/03	Gym
Vrijdag	06/03	Ziekenzalving
Maandag	09/03	Plant café
Dinsdag	10/03	We maken soep / Feest 80+ (Kemlis)
Woensdag	11/03	
Donderdag	12/03	Sportnamiddag
Vrijdag	13/03	Pyjama-ontbijt / Rijdend winkeltje
Maandag	16/03	Contactkoor
Dinsdag	17/03	We maken soep / de Klaproos op bezoek
Woensdag	18/03	
Donderdag	19/03	Gym
Vrijdag	20/03	
Maandag	23/03	
Dinsdag	24/03	We maken soep / Restaurantdag
Woensdag	25/03	
Donderdag	26/03	Gym
Vrijdag	27/03	Rijdend winkeltje
Maandag	30/03	Bloemen planten
Dinsdag	31/03	Soep maken/ koffieklets

Activiteiten

De Goudbloem (1)

Datum		Activiteit
Maandag	02/03	
Dinsdag	03/03	We maken soep / Uitstap Jules Destrooper
Woensdag	04/03	Bingo
Donderdag	05/03	Teerlingspel
Vrijdag	06/03	Ziekenzalving
Maandag	09/03	
Dinsdag	10/03	We maken soep / Feest 80+ (Kemlis)
Woensdag	11/03	Muziekparade
Donderdag	12/03	Sportnamiddag
Vrijdag	13/03	Pyjama-ontbijt / Gym / Rijdend winkeltje
Maandag	16/03	Contactkoor
Dinsdag	17/03	We maken soep / Memory
Woensdag	18/03	Rapper dan rap
Donderdag	19/03	Muziekquiz Franse chansons
Vrijdag	20/03	Gym
Maandag	23/03	
Dinsdag	24/03	We maken soep / Restaurantdag
Woensdag	25/03	Knutselen
Donderdag	26/03	Deco Pasen
Vrijdag	27/03	Gym / Rijdend winkeltje
Maandag	30/03	
Dinsdag	31/03	Vorbereiding Pasen

Activiteiten

De Vlasbloem (2)

Datum		Activiteit
Maandag	02/03	Film
Dinsdag	03/03	We maken soep / Uitstap Jules Destrooper
Woensdag	04/03	Kaartnamiddag cafetaria
Donderdag	05/03	Reminiscentie
Vrijdag	06/03	Ziekenzalving
Maandag	09/03	Baknamiddag
Dinsdag	10/03	We maken soep / Feest 80+ (Kemlis)
Woensdag	11/03	Kaartnamiddag cafetaria
Donderdag	12/03	Sportnamiddag
Vrijdag	13/03	Pyjama-ontbijt / Gym / Rijdend winkeltje
Maandag	16/03	Contactkoor
Dinsdag	17/03	We maken soep
Woensdag	18/03	Kaartnamiddag cafetaria
Donderdag	19/03	Muziekquiz Franse chansons
Vrijdag	20/03	Gym
Maandag	23/03	Bingo
Dinsdag	24/03	We maken soep / Restaurantdag
Woensdag	25/03	Kaartnamiddag cafetaria
Donderdag	26/03	
Vrijdag	27/03	Gym / Rijdend winkeltje
Maandag	30/03	Gezelschapspelen
Dinsdag	31/03	We maken soep

Activiteiten

Ter Plaetse

Datum	Activiteit
-------	------------

Maandag	02/03
---------	-------

Dinsdag	03/03	We maken soep (de Linde)
---------	-------	--------------------------

Woensdag	04/03	Kaartnamiddag cafetaria
----------	-------	-------------------------

Donderdag	05/03	Reminiscentie
-----------	-------	---------------

Vrijdag	06/03	Ziekenzalving
---------	-------	---------------

Maandag	09/03
---------	-------

Dinsdag	10/03	We maken soep (de Linde) / Feest 80+ (Kemlis)
---------	-------	---

Woensdag	11/03	Kaartnamiddag
----------	-------	---------------

Donderdag	12/03	Sportnamiddag
-----------	-------	---------------

Vrijdag	13/03	Pyjama-ontbijt / Gym / Rijdend winkeltje
---------	-------	--

Maandag	16/03	Contactkoor
---------	-------	-------------

Dinsdag	17/03	We maken soep (de Linde)
---------	-------	--------------------------

Woensdag	18/03	Kaartnamiddag cafetaria
----------	-------	-------------------------

Donderdag	19/03
-----------	-------

Vrijdag	20/03	Gym
---------	-------	-----

Maandag	23/03
---------	-------

Dinsdag	24/03	We maken soep (de Linde)
---------	-------	--------------------------

Woensdag	25/03	Kaartnamiddag cafetaria
----------	-------	-------------------------

Donderdag	26/03
-----------	-------

Vrijdag	27/03	Rijdend winkeltje
---------	-------	-------------------

Maandag	30/03	Gezelschapspelen Vlasbloem
---------	-------	----------------------------

Dinsdag	31/03
---------	-------



Je mag altijd aansluiten bij de activiteiten op de verschillende afdelingen.

WZC St.-Medard | Kapelaniestraat 2 | 8950 Heuvelland
www.heuvelland.be



Directie

Sigurd Verstraete

sigurd.verstraete@wzcheuvelland.be

057 23 03 00

Diensthofd
De Linde & De
Vlasbloem

Sofie Salembier

sofie.salembier@wzcheuvelland.be

057 23 03 35

Diensthofd
De Goudbloem

Marieke Delvoye

marieke.delvoye@wzcheuvelland.be

057 23 03 36

Coördinator
vrijwilligers -
team Wonen &
Leven

Vera De Cock

vrijwilligers@wzcheuvelland.be

057 23 03 40

Sociale dienst

Lindsey Hooghe

lindsey.hooghe@wzcheuvelland.be

057 23 03 00

Personeels-
dienst

Inez Serrano

inez.serrano@wzcheuvelland.be

057 23 03 00

Onthaal -
administratie &
financiën

Bram Vandewalle

info@wzcheuvelland.be

057 23 03 00



Verantwoordelijke uitgever: Sigurd Verstraete

