



'T KAMMELANDJE

WZC HOGERLUCHT
NOVEMBER 2025



OUDERENWEEK



ouderenzorgGlorieux

ZVD | VZK WERKEN GLORIEUX | VLAAMSE ARDENEN



Uit eigen huis / Gelukkige verjaardag	3
Terugblikken	4 - 5
Welkom / Afscheid	6
Pastoraal hoekje	7
Comfort en zorg: het belang van een body	8
Maandthema	9
Activiteitenkalender	10 - 11
Gebruikersraad	12 - 13
Gebruikersraad / Witloof: een echte Belgische trots	14
Bewoner in de spotlight	15
Op het menu	16 - 19
Pret en verzet	20



COLOFON

MAANDELIJKS TIJDSCHRIFT

't Kammelandje is een uitgave van WZC Hogerlucht
Kammeland 59, 9600 Ronse
www.ouderenzorg-glorieux.be

REDACTIE: Yoïka D'Hondt, Eline Vandermeulen

EINDREDACTIE: Vicky Saveyn

VERANTWOORDELIJKE UITGEVER: Wim Wijbaillie



Uit eigen huis

Het geplande Hogerlucht Café in november gaat niet door. Dit werd besproken tijdens de gebruikersraad, waar werd beslist om het café volgend jaar twee keer te organiseren op zondag.

Zo hopen we nog meer mensen de kans te geven om erbij te zijn en samen te genieten van een gezellige namiddag met een hapje en een drankje.

Meer info over de data volgt in het nieuwe jaar!



BEWONERS JARIG IN NOVEMBER

03/11 **Mevr. Simonne Fouquart** 88 jaar

04/11 **Mevr. Jacqueline Bourgois** 82 jaar

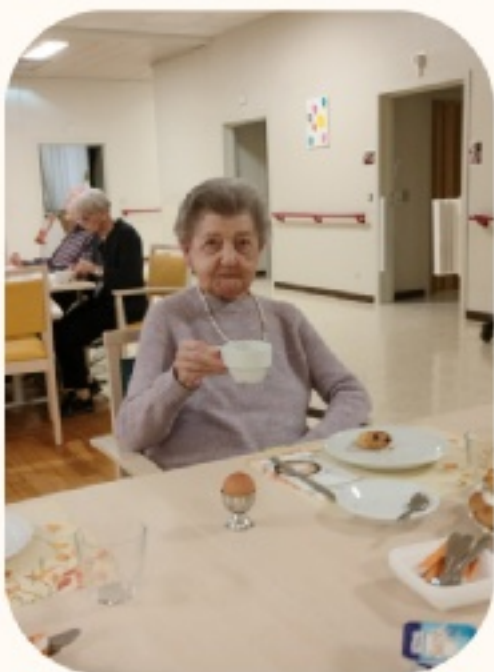
13/11 **Mevr. Marie Louise Dedoncker** 92 jaar



Het verjaardagsteest voor de jarigen van november gaat door op maandag 24 november.



TERUGBLIKKEN



Samen aan tafel,
Samen genieten.

Niets beter dan
de dag beginnen
met een lekker
ontbijt.



Herfst in een kom:
genieten van
lekkere
pompoeensoep

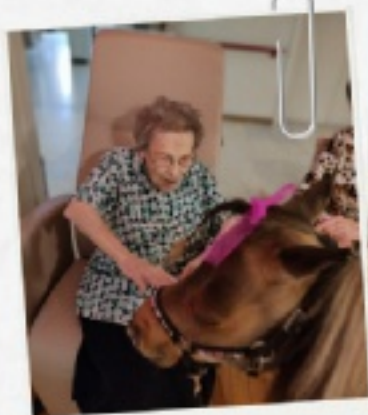


TERUGBLIKKEN

Wereldddierendag: bezoek van het knuffelpaardje.



Het knuffelpaardje bracht rust, vreugde en heel wat glimlachen. Een bezoek om te koesteren.

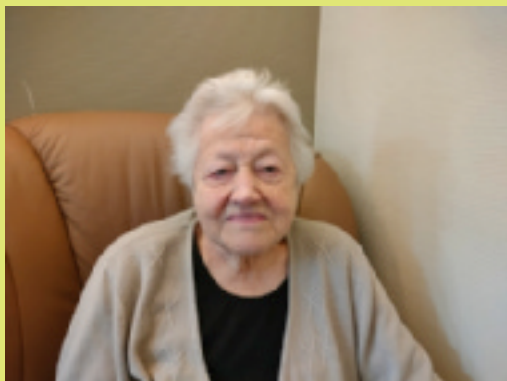


Welkom



Mevr. Marcella Troch

woont sinds 21 oktober in
kamer 504.
Mevrouw is afkomstig van Ronse.



Wat leuk dat
je er bent ☺

Mevr. Jacqueline Bourgois

woont sinds 21 oktober in
kamer 516.
Mevrouw is afkomstig van Ronse.



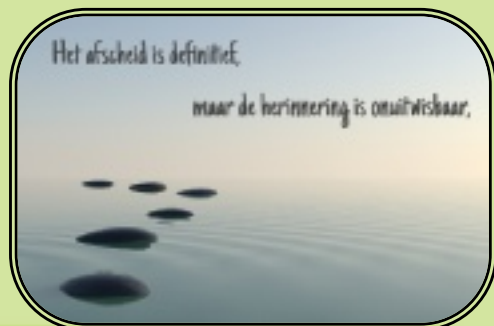
Dhr. Raymond Flamant

°09/05/1931 +13/10/2025



Afscheid

Het afscheid is definitief,
maar de herinnering is onuitwisbaar.





November is een maand van stilte en herinnering. De natuur vertraagt, de dagen worden korter, en we voelen hoe het leven zich naar binnen keert. Het is ook de maand waarin we extra stilstaan bij wie we moeten missen, mensen die ons dierbaar waren en die we nog altijd meedragen in ons hart.

Herinneringen kunnen plots opduiken: een geur, een lied, een foto... Soms met een glimlach, soms met een traan. En dat is oké. Verdriet en dankbaarheid mogen naast elkaar bestaan.

Laten we in deze maand ruimte maken voor die herinneringen. Misschien door een kaarsje te branden, een verhaal te delen, of gewoon even stil te zijn. Zo blijven onze dierbaren dichtbij, in wie we zijn en wat we doen.

We zijn niet alleen in ons gemis. In verbondenheid vinden we troost.



*Heer,
In deze stille novemberdagen
denken we aan wie ons zijn voorgegaan.*

*Dankbaar voor hun leven, hun liefde,
hun nabijheid.*

*Laat hun herinnering ons troosten,
hun voorbeeld ons inspireren,
hun aanwezigheid ons blijven omringen.*

*Geef ons kracht om verder te gaan,
met hun warmte in ons hart.*

Amen.

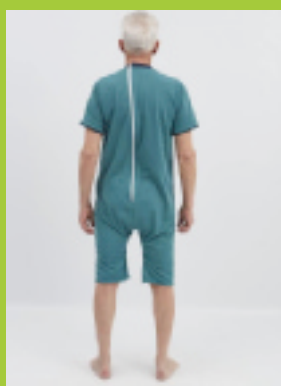
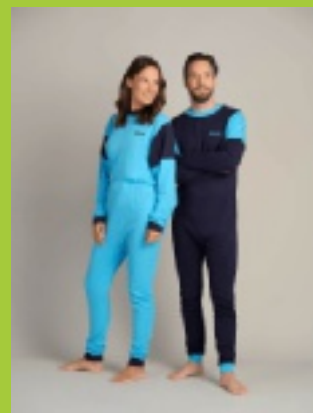


EUCHARISTIEVIERINGEN OP TV

Afstemmen op de tv-mis kan je tweewekelijks op één, telkens om 10.00 uur of wekelijks op NPO2 (Nederland) om 10.00 uur.

Comfort en Zorg: Het belang van een body (bij personen met dementie)

Bij mensen met dementie verandert er veel, ook op het gebied van dagelijkse verzorging. Het uittrekken van kleding of het prutsen aan incontinentiemateriaal kan regelmatig voorkomen. Dit wordt “plukgedrag” genoemd. Dit gedrag is vaak niet bewust, maar kan ongemak en onhygiënische of zelfs gevaarlijke situaties veroorzaken. Een eenvoudige oplossing die hierin ondersteuning kan bieden, is het gebruik van een speciaal ontworpen body.



Wat is een body?

Een body is een kledingstuk dat bestaat uit één geheel en meestal sluit met een rits. Voor mensen met dementie is een body méér dan alleen onderkleding: het draagt bij aan veiligheid, comfort en zelfredzaamheid.

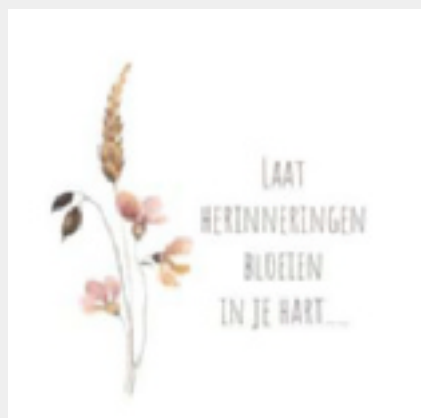
De voordelen op een rijtje

- **Rust en veiligheid:** De body voorkomt dat de persoon aan de kleding of het incontinentiemateriaal trekt, wat hem/haar beschermt tegen huidproblemen of andere ongemakken.
- **Verbetert de hygiëne:** De body voorkomt dat incontinentiemateriaal vervuild of zichtbaar wordt, wat bijdraagt aan de hygiëne en waardigheid van de persoon.
- **Warmte en comfort:** De rug blijft goed bedekt, wat zorgt voor extra warmte en voorkomt dat de persoon met een blote rug zit.
- **Ondersteunt zelfredzaamheid:** Sommige body's zijn ontworpen met het oog op zelfstandigheid, zodat bewoners zichzelf nog kunnen aan- en uitkleden.
- **Gemakkelijk voor de zorg:** Dankzij sluitingen bij het kruis kunnen zorgverleners makkelijker en sneller verschonen, zonder de hele body uit te hoeven doen.



Een body is dus een klein hulpmiddel met een grote impact. Het draagt bij aan het dagelijks comfort van mensen met dementie, vergemakkelijkt de zorg en helpt op subtiele wijze om waardigheid en zelfstandigheid te behouden.

Maandthema



Soms lijkt het leven op een reis. We nemen mee wat we nodig hebben, en onderweg verzamelen we van alles: momenten, mensen, woorden, geuren, beelden... herinneringen.

In onze koffer zitten niet alleen de grote gebeurtenissen, maar ook de kleine dingen die ons hart hebben geraakt: een glimlach, een handdruk, een lied dat ons troostte, ... Sommige herinneringen zijn licht en vrolijk, andere stil en kostbaar. Maar allemaal maken ze deel uit van wie we zijn.

In november, een maand van herdenken en stilstaan, openen we die koffer misschien wat vaker. We kijken terug, voelen wat was, en beseffen hoe rijk we zijn aan herinneringen. Ze verbinden ons met elkaar, met wie er was en wie er nog is.

Laten we zorg dragen voor die koffer. Niet om erin te blijven hangen, maar om te koesteren wat waardevol is en van daaruit verder te gaan, met een glimlach om wat was en hoop voor wat komt.





Activiteitenkalender!



ma. 03/11

14u45

Herdenkings-
dienst overleden
bewoners

di. 04/11

14u45

Denksport

woe. 05/11

14u30

Concert-
livestream
Charles
Aznavour

do. 06/11

Vanaf 08u00

Ontbijtbuffet

ma. 10/11

14u45

Bingo

di. 11/11

Wapenstilstand

woe. 12/11

10u00

Tiramisu maken

14u30

Cinema: Max

do. 13/11

14u45

't Verrassingscafé

ma. 17/11

14u45

Gezellig
samenzijn

di. 18/11

Vanaf 16u30

Samen dineren:
kaas- en
wijnavond

woe. 19/11

14u45

Kamerbezoeken

do. 20/11

13u30

Uitstap naar de
Remington

ma. 24/11

14u45

Verjaardagsfeest

di. 25/11

14u45

Muziekbox vol
herinneringen

woe. 26/11

14u45

Kamerbezoeken

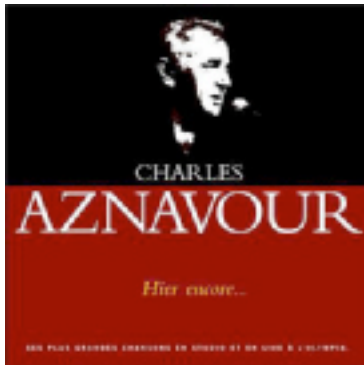
do. 27/11

Vanaf 11u30

Restaurantdag:
Koud vis- en
vleesbuffet

WZC HOGERLUCHT

Activiteitenkalender!



za. 01/11

Allerheiligen

zo. 02/11

vr. 07/11

14u45

Galgje

za. 08/11

14u45

Vitaminekuurtje

zo. 09/11



vr. 14/11

15u00:

Viering 'Start
ouderenweek'

za. 15/ 11

zo. 16/11



vr. 21/11

14u45

Grootmoeders
dessertbuffet

za. 22/11

zo. 23/11



**DANSNAMIDDAG
VOL NOSTALGIE**

met
Luc & Krystle Around

Donderdag 20 november 2025
14u - Salons Remington

Deuren open 19u30 - openden 19u
Polterwegwoningstraat 82

TICKETS: 20 €
(incl. koffie en dessert)

WFO: 0470/61.00.01
ghislain.been@krystle.be

Een organisatie van de
Stedelijke Afdeling voor Wereldje Ronse
(werkgroep isoleren)

RONSE
stad met karakter

vr. 28/11

14u45

Blik op Ronse

za. 29/11

zo 30/11

WZC HOGERLUCHT



Gebruikersraad van 10/09/2025

Aanwezig:

Bewoners: mevr. Nicole Cornelis, mevr. Marie-Louise Vanalderweirelt, mevr. Marie-Thérèse Vansteenkiste, mevr. Gilberte Ferbus, mevr. Diane Deviaene

Familie: mevr. Brigitte Baert, mevr. Paulette Vansteenkiste, mevr. Doris Van Overmeeren

WZC Hogerlucht: dhr. Sven Bogaert, mevr. Eline Vandermeulen

1. Opvolging vorig verslag

Geen opmerkingen

2. Evaluatie voorbije grootschalige activiteiten

- **20/06: Uitstap naar de zee**
De bewoners vonden de uitstap heel leuk. Ze hebben er heel hard van genoten en wensen volgend jaar opnieuw te gaan.
- **23/06: Start zomer met receptie en toast met gerookte zalm**
De toast met zalm werd gesmaakt door de bewoners.
- **01/07: Zomerfeest**
Gezellig samenzijn met een ijsje op het nieuwe terras. Er sloten ook familieleden aan waardoor het heel gezellig was.
- **24/07 en 04/08: Ijsfestijn**
De bewoners kregen een ijsje naar keuze zoals in een echte ijsbar.
- **11/08: Beachparty**
Met een cocktail in de hand genieten van elkaars gezelschap.
- **18/08: Kermisweekend te Nukerke met optreden van 't 4^{de} kwartaal**
Het was een goed optreden. Iedereen heeft zich goed geamuseerd.
- **21/08: Vlaamse kermis in WZC de Samaritaan**
Ook de Vlaamse kermis was weer een leuke uitstap waar de bewoners van genoten hebben.
- **30/08: Café Hogerlucht**
Er was weinig opkomst. De familie geeft aan dat het moeilijk is om op een zaterdag langs te komen. Er wordt gekozen om het volgend jaar 2x te laten doorgaan op zondag.

3. Vooruitblik activiteiten:

- **Oktober: Maandthema → Een koffer vol recepten**
 - 03/10: Bezoek knuffelpaardje
 - 09/10: Samen dineren: pompoensoep met ovenkoek
 - 13/10: Blind gesmaakt
 - 17/10: Zangnamiddag over eten en drinken
 - 20/10: Bake off: Oproep! Iedereen mag deelnemen aan de taartenbakwedstrijd
 - 21/10: Optreden van Lisa del Bo en Salim Segers in CC de Verwerij
 - 23/10: Modeshow met kledingverkoop
 - 27/10: Wat schaft de quizpot?
 - 30/10: Restaurantdag: beenhesp met champignonsaus
- **November: Maandthema → Een koffer vol Herinneringen**
 - 03/11: Herdenkingsdienst overleden bewoners
 - 14/11: Gebedsdienst start Ouderenwerk + receptie
 - 18/11: Samen dineren: kaas- en wijnavond
 - 20/11: Uitstap naar de Remington
 - 21/11: Grootmoeders dessertbuffet
 - 25/11: Muziekbox vol herinneringen
 - 27/11: Restaurantdag: koud vis- en vleesbuffet
- **December: maandthema → een koffer vol winterpret**
 - 03/12: Sinterklaasfeest
 - 04/12: Samen dineren: wafels
 - 18/12: Restaurantdag: breughelmaaltijd
 - 19/12: Optreden zangkoor
 - 23/12: Kerstviering
 - 31/12: Afsluit 2025

Nieuw jaarthema voor 2026 is "het parlement". Iedere maand zal er een minister (bewoner) in the picture staan.

De bewoners en familieleden geven algemeen aan zeer tevreden te zijn over de activiteiten.

4. Maaltijden

- Er wordt sinds kort meer fruit aangeboden bij de maaltijden. De variatie is goed. Het aanbod van bananen en druiven is nog ontoereikend.
- De aanwezige bewoners vragen om nog eens geperste kop en paté te voorzien als keuze bij het avondmaal.
- De gekookte aardappelen bij het middagmaal zijn soms niet voldoende gaar. Dit wordt doorgegeven aan de keuken.
- Dessert op zondag: boules de Berlin wordt minder gesmaakt.
- Het assortiment desserts wordt binnenkort wat uitgebreid.

5. Stand van zaken vervangingsnieuwbouw WZC Hogerlucht

- De geselecteerde architectenbureaus kregen extra vragen toegestuurd. Na toelichting valt eind 2025 de beslissing welk bureau het project mag verwezenlijken.

6. Vaccinaties

- De jaarlijkse griep- en COVID-vaccinatie gaat door op dinsdag 28 oktober. Beide vaccins worden op dezelfde dag toegediend in aanwezigheid van de CRA, dr. Van hooland.
- Het RSV-vaccin dient voorgeschreven te worden door de huisarts.

Volgende gebruikersraad

- 10/12/2025



Witloof: een echte Belgische trots

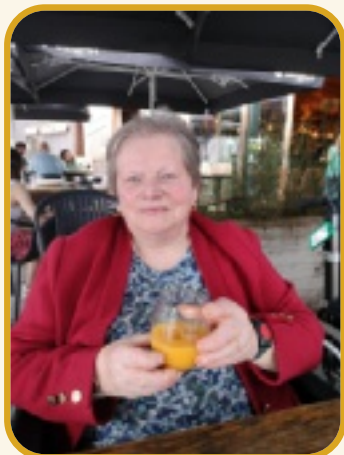


Gezond, veelzijdig en met een verrassende geschiedenis. Hier zijn enkele leuke weetjes over witloof die je misschien nog niet kende.

- Witloof is **Belgisch van oorsprong**. Het werd rond 1830 per toeval ontdekt in Brussel, toen cichoreiwortels in een donkere kelder begonnen uit te groeien tot witte blaadjes.
- Witloof groeit in het **donker**. Het wordt geteeld zonder licht, hoe minder licht. Hoe witter en minder bitter de stronk. Bij veel licht wordt de top groener en de smaak bitterder.
- Witloof wordt ook wel het “**wit goud**” genoemd. Door zijn unieke smaak en Belgische oorsprong kreeg witloof deze bijnaam.
- Belgen zijn de **grootste witloofeters ter wereld**. Gemiddeld eten we zo’n 4 kilogram per persoon per jaar.
- Er bestaat ook **roodloof**, een rode variant van witloof, al verliest die zijn kleur grotendeels bij het koken.
- Witloof is **supergezond**. Het bevat veel vezels, vitamine C en kalium, en amper calorieën.
- Het is een **wintergroente**. Vollegrondwitloof is vooral verkrijgbaar van november tot maart, ideaal voor stoemp, ovenschotels en soep.



BEWONER IN DE SPOTLIGHT



**Mevr. Marie-Jeanne
Van Mallegheem**

91 JAAR

MOGEN WE EVEN KENNISMAKEN?

MIJN VRIENDEN NOEMDEN ME OOK WEL: Jeanneke

GEZINSSCHETS:

Ik heb 3 zussen, Irène, Jacqueline en Rosali, en 2 broers, Octaaf en Urbain. Helaas leeft enkel mijn zus Jacqueline nog. Zij was de jongste van ons allemaal.

MIJN LIEVELINGSETEN EN -DRINKEN:

Mijn lievelingseten bestaat uit scampi's, garnalen en vis, het liefst geserveerd met frietjes en een lekker salade erbij met verse tomaten. Bij het eten geniet ik het meest van een glas Fanta. Het past voor mij perfect bij een lekkere maaltijd. Als ik zin heb in een aperitiefje, gaat er niets boven een frisse witte Martini. Die smaakt altijd heerlijk.

MOOISTE HERINNERINGEN:

De mooiste momenten in mijn leven zijn zonder twijfel mijn trouwdag en de geboortes van mijn kinderen. Die dagen waren gevuld met zoveel vreugde en liefde dat de herinneringen eraan voor altijd een speciale plek in mijn hart zullen behouden.

LIEVELINGSLIED:

Mijn lievelingslied is "Daar bij die molen". Het roept mooie herinneringen op aan vroegere tijden en doet me denken aan de oude, dierbare momenten uit het verleden.

WIJZE RAAD:

Mijn wijze raad is simpel maar belangrijk: Koester de goede banden met vrienden en familie, wees vriendelijk en begripvol naar elkaar, en vergeet nooit om volop van het leven te genieten. Het zijn juist die momenten van verbondenheid en plezier die het leven waardevol maken.

MIJN GEHEIM OM OUD TE WORDEN:

Mijn geheim? Geen geheim! Gewoon doorgaan en niet te veel klagen.

IK WOON HIER GRAAG OMDAT:

Ik woon hier graag omdat iedereen goed voor mij zorgt en ik me hier echt thuis voel. Iedereen kent elkaar, er is een warme sfeer en er wordt goed voor ons gezorgd. Bovendien is het eten hier altijd erg lekker!

REIZEN:

Reizen is iets wat ik altijd fijn vond. Ik heb onder andere Tenerife en Frankrijk bezocht en we maakten ook graag daguitstapjes naar prachtige steden zoals Brugge en Gent. Ik had een appartement in Klemskerke, niet ver van Oostende, en nam vaak de tram naar Oostende om te winkelen. Die uitstapjes waren altijd gezellig en gaven me een gevoel van vrijheid en plezier.



Op het menu

Menu voor de week van 3 t.e.m. 9 november.

MAANDAG 03/11

- groentesoep
- gevogeltechrochette 'poivradesaus' met gestoofde prinsessen en natuuraardappelen
- dessert naar keuze
- filet de saxe + groenten
- hespenworst + groenten
- vleessalade
- dessert

DINSDAG 04/11

- wortelsoep
- gebakken visfilet 'vissaus' met witloofsalade en kruidenpuree
- dessert naar keuze
- pain de strasbourg + groenten
- kalkoenham + groenten
- roerei
- dessert

WOENSDAG 05/11

- kervelsoep
- boomstammetje 'kalfsjus' met prei in witte saus en natuuraardappelen
- dessert naar keuze
- sandwich
- kaasschotel + groenten
- smeerkaas
- dessert

DONDERDAG 06/11

- tomatensoep
- kippenbil 'dragonsaus' met warme perziken en gebakken aardappelen
- dessert naar keuze
- vissalade + groenten
- smeerbaar: vissalade
- dessert

VRIJDAG 07/11

- seldersoep
- chipolata 'bruine saus' met gebakken broccoli en natuuraardappelen
- dessert naar keuze
- rauwe hesp + groenten
- hesp + groenten
- vleessalade
- dessert

ZATERDAG 08/11

- juliennesoep
- vogelnestje met provençaalse groenten en aardappelpuree
- dessert naar keuze
- Italiaanse kippenrollade
- kalkoenrollade
- kipsalade
- dessert

ZONDAG 09/11

- preisoep
- kipwaterzooi
- pommes duchesses
- dessert naar keuze
- rozijnenbrood
- sneden kaas
- smeltkaas
- dessert

Menu voor de week van 10 t.e.m. 16 november.

MAANDAG 10/11

- kervelsoep
- braadworst 'bruine saus' met rode kool & appeltjes en natuuraardappelen
- dessert naar keuze
- bacon + groenten
- roerei
- dessert

DINSDAG 11/11

- jardinièresoep
- visfilet 'vissaus' met gestoofde prei en venkel en puree
- dessert naar keuze
- kaasschotel + groenten
- smeerkaas
- dessert

WOENSDAG 12/11

- preisoep
- gebrad 'jagersaus' met andijvie in witte saus en natuuraardappelen
- dessert naar keuze
- boerepistolets
- salami + groenten
- hesp + groenten
- vleessalade
- dessert

DONDERDAG 13/11

- seldersoep
- huisbereide vol au vent met puree
- dessert naar keuze
- hespenworst + groenten
- paté
- kruidenkaas
- dessert

VRIJDAG 14/11

- wortelsoep
- geroosterde biefstuk 'béarnaise' met herfstsalade en krielaardappelen in de oven
- dessert naar keuze
- tonijnsalade + groenten
- tonijnmousse
- dessert

ZATERDAG 15/11

- juliennesoep
- kaashamburger 'mosterdsaus' met gestoofde wortelen en natuuraardappelen
- dessert naar keuze
- kalkoenham
- kipsalade
- dessert

ZONDAG 16/11

- tomatensoep
- konijnragout met kroketten
- dessert naar keuze
- sandwiches
- sneden kaas
- smeltkaas
- dessert

Menu voor de week van 17 t.e.m. 23 november.

MAANDAG 17/11

- wortelsoep
- vogel zonder kop 'bruine saus' met gebakken bloemkoolroosjes en natuuraardappelen
- dessert naar keuze
- filet d'Anvers + groenten
- vetarme bacon + groenten
- roerei
- dessert

DINSDAG 18/11

- seldersoep
- visfilet 'vissaus' met gestoofde witte kool en natuuraardappelen
- dessert naar keuze
- kaas en wijn
- dessert

WOENSDAG 19/11

- tomatensoep
- huisbereid stoofvlees met appelmoes en frieten
- dessert naar keuze
- kaasschotel + groenten
- brie
- dessert

DONDERDAG 20/11

- groentesoep
- kippenfilet 'tomatencoulis' met gestoofde tomaat en pasta
- dessert naar keuze
- boerepistolet
- krabsalade + groenten
- vissalade
- dessert

VRIJDAG 21/11

- kervelsoep
- rosbeef 'poivradesaus' met erwten en wortelen en krielaardappelen
- dessert naar keuze
- grillham + groenten
- vleessalade
- dessert

ZATERDAG 22/11

- juliennesoep
- Ardeens gebrad 'jagersaus' met groentestamp en vers fruit
- dessert naar keuze
- melkbrood
- sneden kaas
- smeltkaas
- dessert

ZONDAG 23/11

- gehaktballetjes in tomatensaus
- groentencouscous
- dessert naar keuze
- kalkoenworst
- kipsalade
- dessert

Menu voor de week van 24 t.e.m. 30 november.

MAANDAG 24/11

- groentesoep
- gevogeltechrochette 'poivradesaus' met gestoofde prinsessen en natuuraardappelen
- dessert naar keuze
- filet de saxe + groenten
- hespenworst + groenten
- vleessalade
- dessert

DINSDAG 25/11

- wortelsoep
- gebakken visfilet 'vissaus' met witloofsalade en kruidenpuree
- dessert naar keuze
- pain de strasbourg + groenten
- kalkoenham + groenten
- roerei
- dessert

WOENSDAG 26/11

- kervelsoep
- boomstammetje 'kalfsjus' met prei in witte saus en natuuraardappelen
- dessert naar keuze
- sandwich
- kaasschotel + groenten
- smeerkaas
- dessert

DONDERDAG 27/11

- tomatensoep
- koud vlees- en visbuffet
- dessert naar keuze
- vissalade + groenten
- smeerbaar: vissalade
- dessert

VRIJDAG 28/11

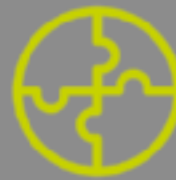
- seldersoep
- chipolata 'bruine saus' met gebakken broccoli en natuuraardappelen
- dessert naar keuze
- rauwe hesp + groenten
- hesp + groenten
- vleessalade
- dessert

ZATERDAG 29/11

- juliennesoep
- vogelnestje met provençaalse groenten en aardappelpuree
- dessert naar keuze
- Italiaanse kippenrollade
- kalkoenrollade
- kipsalade
- dessert

ZONDAG 30/11

- preisoep
- kipwaterzooi
- pommes duchesses
- dessert naar keuze
- rozijnenbrood
- sneden kaas
- smeltkaas
- dessert



KRUISWOORDPUZZEL HERFST

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

BEUKENNOOTJE	KAAL
BINNEN	KASTANJES
BLAADJES	KOUD
BOEK	LAARZEN
BOOM	PADDENSTOEL
BOS	REGEN
BRUIN	REGENJAS
EGEL	ROOD
EIKELTJES	STRUIK
GEEL	THEE
GUUR	VOGELS
HAARDVUUR	WIND
HERFST	WORM



----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

WINTERSLAAP WEETJES WIST JE DAT...



1

...egels niet de hele winter slapen?
Ze kunnen regelmatig tussentijds wakker worden.

2

...egels soms tussentijds wisselen van winternest?

3

...egels tijdens de winterslaap zo'n 20-40% van het lichaamsgewicht kunnen verliezen?

OPLOSSING VORIGE MAAND

Kruiswoordpuzzel: Halloween

RAADSEL

	+		+		=	8
	+		+		=	5
	+		+		=	3
	+		+		=	?