

Januari 2021

SENIORENKRANT ZOERSEL



VERSCHIJNT DRIEMAAL PER JAAR
IN JANUARI, MEI EN SEPTEMBER

JAARGANG 27 – nr. 1

januari – februari – maart – april 2021

(Volgende editie verschijnt mei 2021)

INHOUD VAN DIT NUMMER

Rubrieken:

- Woordje van de voorzitter – pag. 1 en 2
- Sportactiviteiten – pag. 3
- Omaatje – pag. 6, 7 en 8

Thema's:

~ Nuttige info

- Pladijs, vis van het jaar – pag. 4 en 5
- De verschillen tussen speculaas of speculoos – pag. 9 en 10
- De reddingsstrook en verkeersongeval met een kind, hoe moet ik reageren – pag. 11, 12 en 13
- Niet elk plastic is even slecht – pag. 14

~ Weetjes

- Eet u met lichtmis een pannenkoek? pag. 15 en 16
- Van claren ijse en snee – pag. 17, 18 en 19
- Wordt onze belangrijkste banaan ziek – pag. 20 en 21
- Quarantaine – pag. 22, 23 en 24

~ Ontspanning

- Quiz – pag. 25
- Sudoku – pag. 26
- Antwoorden – pag. 28

~ Gedicht

- De krekel en de mier – Gaston Durmez - pag. 27

DE REDACTIERAAD

Gerald Biesemans
Simone Jansen
Malou Schelfthout

Els Schoepen
Jef van der Linden

GRAFISCHE VORMGEVING

Tineke Weverbergh

CONTACT DIENST VRIJE TIJD/SENIOREN

T 03 2980 904



WOORDJE VAN DE VOORZITTER

Els Schoepen

Voorzitter Seniorenraad Zoersel

Tel. 03 311 65 12, e-mail: schoepenels@hotmail.com

Beste vrienden,

Bij de laatste publicatie van de Seniorenkrant hoopten wij dat de seniorenweek in volle glorie kon plaatsvinden. Helaas heeft het hardnekkige virus daar anders over beslist.

Toch heeft het bestuur en de vele vrijwilligers zijn schouders gezet onder een waardig alternatief.

Met de wandel- en fietszoektocht hadden we de intentie om onze senioren op een gezonde en veilige manier op pad te sturen in onze mooie groene gemeente. In 2021 zullen we de winnaars van deze wedstrijd bekend maken.

Voor de filmvoorstelling waren er talrijke inschrijvingen maar spijtig genoeg werd deze afgelast door de verstrenging van de coronamaatregelen

Voor de eerste maal was er een afhaalmaaltijd voorzien tijdens de laatste dag van de seniorenweek. Op die manier kon je met een toast de sportieve week op een gezellige manier afsluiten.

Ondertussen is de actie 'Kinderen en senioren worden pennenvrienden' opgestart. De kinderen van het 5de en 6de leerjaar gaan één brief per maand schrijven naar de senioren-deelnemers van onze gemeente gedurende het schooljaar 2020-2021. De senior stuurt dan op zijn of haar beurt een briefje terug.

Brieven schrijven doet ons terugdenken aan de tijd dat er geen computers waren en hier en daar een oude typemachine. We schreven brieven naar ons lief bij het leger. Iedere soldaat toen zag vol spanning uit naar een wederkerig briefje met nieuws van het thuisfront. Nostalgisch maar toch zo romantisch!

Contacten, daar verlangen we nu meer en meer naar. Weet je dat ons 'knuffelcontact', dat tussen haakjes een 'Belgische uitvinding' is, wereldwijd aandacht krijgt? Van Italië tot de Verenigde Staten zijn mensen in de ban van deze speciale maatregel. In China heeft de Chinese omroep zelfs een filmpje gemaakt om dit knuffelcontact uit te leggen. <https://youtu.be/wObrHvM5wnM>

Ons 'knuffelcontact' heeft als doel om de geestelijke gezondheid van vooral alleenstaanden te beschermen tijdens de lockdown. Tijdens het knuffelen komen er beschermende chemische stoffen vrij zoals oxytocine. Dit hormoon beschermt je tegen stress en angst, is goed voor het verlagen van je bloeddruk en je hartslag en voor je spijsvertering! Dus pak mekaar eens goed vast! Een medicijn dat warm en aangenaam is en niks kost!

Maar ook op afstand kan je onderweg een groet brengen aan een voorbijganger. Even oogcontact zoeken, knikken of een 'goeden dag' zeggen doet ook wonderen. Het is aangenaam en je wordt er vrolijk van. Zeker doen!

Hou je gezond en tot ziens in betere tijden!

Heel warme en lieve wensen voor een kerstviering met je vrienden en familie in veilige omstandigheden.

De beste wensen voor een Coronavrij 2021!

Els Schoepen

Voorzitter Seniorenraad Zoersel



foto HLN

SPORTACTIVITEITEN

door Malou Schelfhout

Beste sportieve senior,

Voor de Seniorenraad staat de veiligheid van haar leden voorop. Voorlopig hebben wij beslist om alle sportactiviteiten (fietsen, wandelen, bowling) tijdelijk te stoppen.

Van zodra de situatie voldoende verbeterd is kunnen deze activiteiten hervat worden.

U hoort van ons wanneer dit kan.

Hopelijk wordt alles snel terug zoals vroeger.

Ondertussen, hou u gezond en draag zorg voor elkaar.



PLADIJS, VIS VAN HET JAAR 2020

door Simone Jansen

pladijs, vis van het jaar 2020

Eind september 2020 hebben het Vlaams Centrum voor Agro- en Visserijmarketing (= VLAM) en de Vlaamse Visserijsector de pladijs verkozen tot "VIS VAN HET JAAR 2020".

Hilde Crevits, minister van Landbouw en Visserij, maakte dit bekend in Hotelschool Ter Duinen in Koksijde. Pladijs is de meest aangevoerde vissoort in Vlaamse vissershavens, hij wordt vaak met tong bevestigd als bijvangst. In 2019 werd 3640 ton pladijs aangevoerd in de Belgische havens.

Erg populair is de vis niet, slechts 8% van onze gezinnen eet pladijs. Thuis eten we eerder kabeljauw en zalm, op restaurant kiest men vooral voor tong.

De pladijs mag zich reeds voor de zesde keer bekronen met de titel 'vis van het jaar'. Met die titel wil VLAM jaarlijks een Noordzeevis in de schijnwerpers zetten om de variatie in het aanbod te vergroten.

familie

De pladijs behoort tot de orde van de platvissen. De pladijs is gemakkelijk te herkennen: aan de bovenkant is hij groen of groenachtig bruin met onregelmatig verspreide orangerode vlekken en een zuiver witte onderzijde. Pladijs kan wel tot 1 meter lang worden, na een kleine drie jaar is hij 30 cm lang. Bij ons worden vooral exemplaren van 30 à 40 cm aangevoerd.

weetjes

Pladijs staat, vooral in Nederland, ook bekend onder de naam SCHOL en in West-Vlaanderen wordt hij ook PLOATE genoemd.

Vanaf eind juni/ begin juli wordt de pladijs mooi dik, pas na Nieuwjaar is hij dan wat slapper van structuur en ook wat fletser van smaak.

Pladijs is één van de goedkoopste vissen, op de veiling kostte de vis in 2019 maar € 2,37/kg, in de eerste maanden van 2020 slechts € 2,05/kg. Deze prijsdaling is te wijten aan de coronacrisis.

De vis zal op verschillende manieren gepromoot worden: zo heeft VLAM een receptenfolder gemaakt met verschillende gerechten met pladijs. Die folder wordt gratis verdeeld door de visspecialisten en door de visverkopers.

Het is de 32^{ste} keer dat VLAM samen met de visserijsector een "Vis van het jaar" kiest.

In 2019 viel die eer te beurt aan de wijting.

hoe bereiden

Pladijs of pladijsfilets kan men stomen, bakken, grillen.

Tip: Bak de pladijs zoals een tong met een stevige klont boter (denk aan Jeroen Meus) en serveer er frieten en sla bij (en tomaatjes en mayonaise). Smakelijk! (Of SCHOL)

recept: Pladijs met smeuijge aardappelpuree en gegrilde tomatensalade

ingrediënten voor 4 personen:

4 pladijzen, echte boter en olie, peper en zout

voor de aardappelpuree: 800 g aardappelen, 50 g boter, 1 dl (karne) melk, citroenrasp

voor de kleurrijke tomatensalade: 600 g tomaten (verschillende kleuren), sjalot, takje oregano, takje peterselie

bereiding

1. Smeuijge aardappelpuree:

Schil de aardappelen en kook ze gaar in gezouten water, giet ze af en pureer.

Meng er de boter, de (karne) melk en de geraspte citroen door.

Breng op smaak met peper en zout.

2. Kleurrijke tomatensalade:

Snijd de grotere tomaten in plakjes en halveer de kleinere soorten. Gril ze kort en leg ze in een kommetje.

Snipper het sjalotje fijn. Hak de oregano en de peterselie fijn. Meng de tomaten met de gehakte kruiden, het sjalotje en het sap van de citroen.

Voeg olijfolie toe naar smaak (ongeveer dubbel zoveel als citroensap).

Kruid met peper en zout.

3. Pladijzen:

Smelt flink wat boter (denk aan Jeroen Meus) en olie in een grote pan. Dep de pladijzen goed droog, bak ze goudbruin in de warme boter (laat die niet te heet worden). Schud met de pan om aankleven te vermijden.

Kruid met peper en zout.

4. Afwerking:

Serveer de pladijs met de puree en leg er nog een kwartje citroen bij en wat veldsla. Smakelijk!



Bron: lekker van bij ons

OMAAATJE'S FEESTMENU

door Simone Jansen

Uiteraard coronaproof: niet grabbelen in dezelfde kom,...

aperitief

Cava (Spanje), Prosecco (Italië), Champagne (Frankrijk) of een alcoholvrij drankje en voor het jonge volkje kinderchampagne (spuitwater met groseille)

Coronaproof hapje: leg op een dessertlepeltje enkele snippertjes sla met garnaltjes en mayonaise

voorgerecht: gevulde champignons

- *ingrediënten voor 4 personen*

24 dikke champignons, 2 hardgekookte eieren, 1 eetlepel gehakte bieslook, 1 eetlepel gehakte peterselie, enkele druppels tabasco, 1 koffielepel Engelse saus (of een snuifje paprikapoeder), 8 eetlepels afgeroomde melk, 1 citroen, gehakte sjalot, wat gemalen parmezaanse kaas, peper en zout

- *bereiding*

Kook de 2 eieren hard. Snijd de steeltjes van de champignons, reinig ze en hak ze fijn. Plet de hardgekookte eieren fijn. Vermeng dit allemaal met de tabasco, de Engelse saus (of het snuifje paprikapoeder), het citroensap, de gehakte sjalot, de gehakte bieslook en de gehakte peterselie. Voeg peper en zout toe. Borstel de hoedjes van de champignons goed af en vul ze met het mengsel. Giet de afgeroomde melk in een vuurvaste schaal en plaats er de gevulde champignons in. Strooi er wat gemalen kaas over en dek de schaal af met aluminiumfolie. Zet de schaal 20 minuten in een voorverwarmde oven op 150°. Verwijder nadien de aluminiumfolie en laat het gerecht nog 5 minuten gratineren. Lekker met een sneetje stokbrood.

soep: rode paprikasoep

- *ingrediënten*

3 rode paprika's, 1 blik tomatenblokjes, 2 fijngesneden uien, 1 fijngesneden wortel, 1,5 l groentenbouillon, 20 g (bak) boter, 0,5 dl room, peterselie, peper en zout

- *bereiding*

Was de paprika's, snijd ze in de lengte door, verwijder de zaadjes en snijd ze in kleine stukjes. Snijd de uien en de wortel fijn. Stoof die groenten in de (bak) boter. Voeg de tomatenblokjes toe. Breng er de groentenbouillon bij. Laat gaarkoken. Mix de soep en breng op smaak met peper en zout. Schep de soep in de borden, giet er een beetje room bij en voeg de gehakte peterselie toe.

limoncellospoom (*Spoorn = verfrissend drankje als tussendoortje*)

- *ingrediënten*

30 ml limoncello, 60 ml cava of prosecco (wat nog over is van de aperitief), 1 bol citroensorbetijs, citroenschilletje

- *bereiding*

Giet de limoncello in een champagneglas en vul aan met de cava of de prosecco. Schep er een bolletje citroensorbetijs op en versier met een citroenschilletje.

hoofdgerecht: reerug met wilde paddenstoelen, veenbessen en kroketjes.

- *ingrediënten*

Reerug van circa 1,5 kg, 1 ui, 50 g knolselder, 1 wortel, 3 eetlepels maïsolie of zonnebloemolie, 5 gekneusde jeneverbessen, 2 stevige peren, 2 dl droge witte wijn, 2 dl rode wijn, sap van 1 citroen, 4 dl slagroom, 175 g veenbessen of veenbessencompote, peper en zout
We werken met een braadpan of kookpot die in de oven mag.

- *bereiding*

Het vlees met een vochtige doek afvegen. De ui, de wortel en de knolselder schoonmaken en in stukjes snijden. De olie in een braadpan of kookpot verhitten en het vlees aan alle kanten bruin bakken (niet laten aanbranden).

De groenten, de gekneusde jeneverbessen, peper en zout toevoegen en de pan of pot in een voorverwarmde oven (200 à 250°C) schuiven en het vlees 45 minuten braden. De peren wassen, schillen is niet nodig, halveren in de lengte en de klokhuizen verwijderen. De witte wijn en het citroensap aan de kook brengen, de halve peren erin leggen en op een laag vuur 10 minuten laten trekken.

Het vlees uit de pan of de pot halen en afgedekt met aluminiumfolie warm houden. De saus en de groenten door een zeef wrijven tot groenten puree. De rode wijn in de pan of pot aan de kook brengen om de braadfond los te maken.

De groenten puree aan de wijn toevoegen, ook de room en 2 eetlepels veenbessen (compote) erbij brengen en de saus al roerend laten inkoken. Opnieuw door een zeef wrijven en op smaak brengen met peper en zout. Nu de reerug op een grote schotel leggen. De gepocheerde peren vullen met veenbessen (compote) en naast het vlees leggen. De saus in een voorverwarmde kom serveren.

Ondertussen bereiden we de wilde paddenstoelen in boter met een uitje, een beetje knoflook, peper en zout. Leg ze naast het vlees.

De veenbessen bereiden we in een beetje water met suiker naar smaak, eventueel wat binden. Ook de veenbessen leggen we bij het vlees. Heerlijk met aardappelkroketten.

Gewoonlijk hebben de veenbessen veel succes , we voorzien er genoeg van.

Om alles coronaproof te laten verlopen, kan best één persoon de anderen bedienen.

sabayon (= Zabaglione, een Italiaanse specialiteit)

- *ingrediënten*

2 eierdooiers, 3 eetlepels witte suiker, 1 koffielepel citroensap, 1,5 dl zoete witte wijn, of zoete sherry of Marsala

- *bereiding au bain-marie*

Breng in een eerste kookpot water aan de kook. Breng alle ingrediënten in een tweede pannetje of pot (best met een steel), dat we boven in de eerste pot zetten (= au bain-marie).

Met een garde voortdurend kloppen. Zodra het gerecht begint te pruttelen, het pannetje uit de au bain-marie halen en in glaasjes verdelen. Sabayon is het lekkerst als hij dadelijk warm geserveerd word. Als we het gerecht laten afkoelen, zakt het in. Een koude sabayon kunnen we nog wat verfijnen door er wat geklopte slagroom door te roeren, zo wordt het gerecht nog wat calorierijker. Smakelijk!

We kozen voor warme kleuren: rode soep, rode veenbessen,... Bij een uitgebreide feestmenu komt gewoonlijk eerst een koud voorgerecht en daarna een warm voorgerecht, maar dan wordt het misschien toch wat veel. Wij kozen er daarom voor om te starten met een warm voorgerecht in deze winterperiode.

We wensen iedereen aangename, coronavrije feestdagen !

DE VERSCHILLEN TUSSEN SPECULAAS EN SPECULOOS

door Jef van der Linden



bron: www.royale.nl

Er blijkt veel onduidelijkheid te bestaan over de verschillen tussen specuLAAS en specuLOOS. Regelmatig komen we zelfs mensen tegen die beweren dat speculaas en speculoos hetzelfde zijn. De verwarring die bestaat is best wel logisch te noemen en daarom vinden we het tijd om duidelijkheid te verschaffen!

Afkomst speculaas

Het woord speculaas is terug te voeren tot de laatste helft van de 19e eeuw. Hoe het precies is ontstaan is niet helemaal duidelijk en voor dit artikel ook niet zo van belang. De meest aangenomen verklaring voor de naam speculaas is dat het voortgekomen is uit het Latijnse woord speculum dat spiegel betekent. De speculaaskoeken werden middels koekplanken in een bepaalde vorm gebakken waardoor ze het spiegelbeeld vormen van de afbeelding in de koekplank.

Speculaaskruiden

In een lang verleden importeerde Nederland verschillende specerijen uit haar kolonies. Speculaas is een koekdeeg met verschillende van deze specerijen, ook speculaaskruiden genoemd. Er bestaat geen vast recept voor de kruiden, elke bakker had en heeft zijn eigen geheime mengeling. Speculaaskruiden bevatten doorgaans de volgende specerijen:

- kaneel
- nootmuskaat
- kruidnagel
- gemberpoeder
- kardemom
- witte peper

Daarnaast zijn variaties bekend met anijs, korianderzaad en/of foelie.

Extra luxe speculaas wordt verrijkt met sukade, amandelen en/of sinaasappelschil. Om de smaken van de kruiden goed in het deeg te krijgen moet het speculaasdeeg een nacht op koude temperatuur rusten.

Wat is dan het verschil met speculoos?

Men neemt aan dat speculoos vroeg in de 20e eeuw in de Belgische regio Verviers is ontstaan. In tegenstelling tot Nederland, waar de specerijen voor speculaas relatief goedkoop uit de kolonies werden geïmporteerd, waren de specerijen in België erg duur. Men ontwikkelde in België daarom een recept zonder de dure specerijen en noemde de koekjes Speculoos (LOOS omdat de koekjes zonder specerijen werden gebakken).

Speculooskoekjes worden gemaakt met kandijstroop of gekarameliseerde suiker. Van de specerijen wordt als je geluk hebt soms wel de kaneel toegevoegd maar verder dus geen van de (dure) specerijen die voor speculaas worden gebruikt. Kortom, speculooskoekjes waren een alternatief voor diegene die geen geld hadden voor echte speculaas. Tot op de dag van vandaag heeft speculoos verder dan ook niets met speculaas te maken.

Hier is wel een kanttekening bij te maken. Namelijk dat men in de Franse taal het woord speculaas niet kent. In het Frans heet speculaas.....speculoos, wat natuurlijk voor heel wat onduidelijkheid zorgt!

Lekker met speculaas : tiramisu met crumble van speculaas (voor 4 personen)

bron: www.solo.be

Benodigheden: 7 eieren, 7 el suiker, 500 g mascarpone, 250 g speculaasjes, 3 el Solo vloeibaar, 250 ml vers gezette sterke koffie (afgekoeld), 7 kl amaretto, 1 el cacaopoeder
Extra nodig: keukenrobot, blender

Splits de eieren. Doe de dooiers in de kom van de keukenrobot. Voeg de suiker toe en klop de dooiers met de suiker tot een bijna mengsel. Roer de mascarpone los en meng het met het dooiermengsel.

Klop de eiwitten in een brandschone kom stijf en spatel het voorzichtig door het mascarponemengsel. Verkruijmel de helft van de speculaaskoekjes (ongeveer 10 stuks) in de blender tot fijne kruimels. Voeg de Solo vloeibaar toe. Meng de koffie met de amaretto.

Dompel de speculaasjes één voor één in de koffie. Niet langer dan 3 seconden per koekje, zo blijven ze nog lekker krokant. Vul de bodem van 4 glaasjes met de ondergedompelde koekjes. Vul de kommetjes tot in de helft met het mascarponemengsel.

Bedek de crème in de kommetjes met de crumble van speculaaskoekjes. Verdeel de rest van de mascarponecrème over de crumble. Laat de tiramisu minstens 6 uur opstijven in de koelkast. Bestuif vlak voor het serveren met een dun laagje cacaopoeder en serveer de tiramisu met crumble van speculaas direct.

HOE ZIT DAT? DE REDDINGSSTROOK

door Jef van der Linden

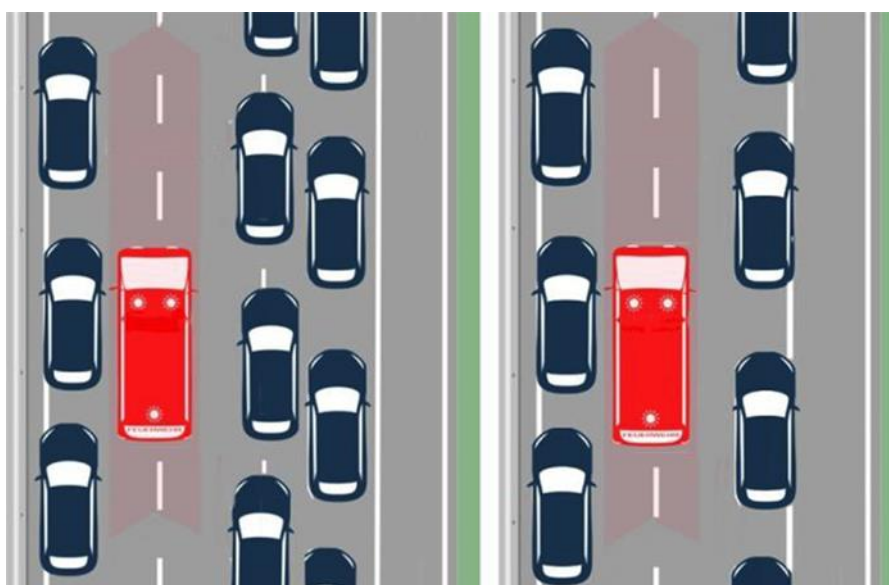
Vanaf 1 oktober 2020 is het verplicht om bij filevorming een reddingsstrook te vormen, zodat hulpdiensten een gemakkelijke doorgang hebben. Maar hoe werkt dat precies?

Waarom moet je een reddingsstrook vormen?

Wanneer de hulpdiensten naar een ongeval moeten rijden, verliezen ze soms veel tijd in de file. Er is niet overal een pechstrook aanwezig, en al is die er wel, dan is het vaak niet aangeraden voor hulpdiensten om ze te gebruiken. Op de pechstrook kunnen namelijk brokstukken liggen die lekke banden veroorzaken; er staan auto's met pech, waardoor een vlotte doorgang moeilijk is of is er een onderbreking door op- en afritten of brugpijlers. Het principe van de reddingsstrook moet zorgen dat prioritaire voertuigen altijd een vrije doorgang hebben.

Hoe moet je een reddingsstrook vormen?

De voertuigen op de meest linkse rijstrook moeten zo veel mogelijk links aanhouden. Het verkeer op de rechtse rijstrook of rijstroken moet zo veel mogelijk rechts aanhouden. Zo ontstaat er een doorgang tussen de meest linkse rijstrook en die daarnaast. Bij wegen met twee rijstroken ligt de reddingsstrook dus tussen beide rijstroken; bij wegen met drie rijstroken ligt de reddingsstrook tussen de linkerrijstrook en de middenrijstrook. In eerste instantie blijf je binnen de grenzen van de rijbaan. Pas wanneer het prioritaire voertuig nadert en er alsnog niet genoeg ruimte is, mag je bijvoorbeeld even uitwijken op de pechstrook, busbaan of fietspad. Je moet daarbij wel extra voorzichtig zijn dat je daarbij geen andere weggebruikers in gevaar brengt.



Op welke wegen geldt deze verplichting?

De reddingsstrook moet gevormd worden op alle wegen met twee of meer rijstroken in dezelfde rijrichting. De verplichting is dus niet alleen van toepassing op snelwegen, maar ook op andere wegen.

Wanneer moet je een reddingsstrook vormen?

Je moet de doorgang altijd maken bij filevorming, dus niet alleen als je de sirenes van de hulpdiensten hoort. De bedoeling van de reddingsstrook is dat de doorgang al vrij is wanneer de hulpdiensten naderen, niet dat de ruimte pas gecreëerd wordt op het moment dat ze naderen. Is het prioritaire voertuig gepasseerd, dan moet je de reddingsstrook blijven aanhouden, want er kan later nog een extra voertuig aankomen. Let erop dat je al uitwijkt op het moment dat het verkeer nog aan het vertragen is, want eens je stilstaat, is het niet altijd mogelijk om nog naar links of rechts uit te wijken.

Is België het enige land met zo'n verplichting?

Nee, de reddingsstrook is al verplicht in Duitsland, Oostenrijk, Tsjechië en Hongarije en vanaf volgend jaar ook in Zwitserland.

bron: VAB Magazine

VERKEERSONGEVAL MET EEN KIND: HOE MOET JE REAGEREN?

door Jef van Der Linden

Ben je getuige van een auto- of fietsongeval waar een kind bij betrokken is of maak je het zelf mee, besef dan goed dat je anders moet reageren dan bij een volwassen persoon. Enkele vuistregels die het verschil kunnen maken.

Haal een kind niet uit de autostoel

Een ongeval met de wagen? Haal het betrokken kindje vooral niet meteen uit de autostoel! Hulpverleners zullen mogelijk beslissen om het kind mét autostoel over te brengen naar het ziekenhuis. Op die manier blijft het kind gestabiliseerd en voorkom je onnodige manipulaties die extra letsels kunnen veroorzaken.

Reanimatie bij kinderen

Uiteraard mag je een kind wel uit de auto tillen als het zou moeten worden gereanimeerd. Controleer het bewustzijn van een jong kind door het aan te raken, zijn voetjes te kriebelen of in het gezichtje te blazen. Schud het niet door elkaar! Als je geen ademhaling en/of hartslag waarneemt, dan leg je het kind op een stevige ondergrond om de reanimatie te starten.

Geef geen eten of drinken

In een ernstige situatie reageert het lichaam door de bloedtoevoer te regelen: zo veel mogelijk bloed naar de vitale organen, minder bloed naar minder belangrijke organen, zoals maag en darmen. Het geven van eten of drinken kan ervoor zorgen dat de spijsvertering weer op gang komt en dat het slachtoffer kan gaan braken. Dat geldt overigens ook voor volwassenen.

Kind vs. volwassene in een fietsongeval

Wanneer een kind valt met de fiets, is de kans op een hoofdletsel groter dan bij volwassenen. Dat komt omdat het hoofd in verhouding tot de rest van het lichaam groter is en dus ook het zwaartepunt vormt. Een helm dragen is daarom geen overbodige luxe. Leg geen kussen of iets anders onder het hoofd. Het hoofd moet in lijn blijven met het lichaam. Raadpleeg altijd een arts, zelfs al lijkt de situatie niet al te ernstig.

TIP: Uit onderzoek blijkt de fietskar een veiligere vervoerswijze voor kinderen te zijn dan het fietszitje. De kooiconstructie van de fietskar beschermt de kinderen en zorgt ervoor dat bij botsingen met een auto de fietskar wegschuift in plaats van omvalt. Daarnaast is bij een valpartij de afstand tussen het kind en de grond minder groot. (Bron: Vias)

Hoe verzorg je een schaafwonde

Wanneer een kind valt met de fiets, loopt het vaak schaafwonden op. Het is zeer belangrijk om die wonden goed proper te maken en vervolgens goed te ontsmetten. Om de wonde mooi te laten genezen, kun je ze het best goed vochtig houden met een hydrogel en afdekken ter bescherming.

Ongeval? Gebruik de '112 BE'-app

'112 BE' is de officiële app voor de Belgische nooddiensten. Als je je registreert, dan kun je een ziekenwagen, de brandweer of politie oproepen. De noodcentrales ontvangen dan automatisch je locatie en persoonsgegevens. Dat kan een belangrijk hulpmiddel zijn als je in paniek bent en het noodnummer vergeten bent. Bij een ongeval klik je gewoon op het icoontje van de ambulance.

Met dank aan Michael Dreesen, child-care-academy.org.

bron: VAB Magazine

NIET ELK PLASTIC IS EVEN SLECHT

door Jef van der Linden

bron: Het Laatste Nieuws

Raak jij niet wegwijs door de plastic soep in huis en wil je weten welke soorten plastics je nu het best volledig bant? Check dan het nummer dat je onder aan plastic verpakkingen ziet. Het verwijst naar de soort plastic waaruit het product bestaat en geeft een indicatie van de recycleerbaarheid.

MAKKELIJK TE RECYCLEREN:

Code 1: PET

Voluit: polyethyleen-tereftalaat

Textuur: hard, maar flexibel en soms ook doorzichtig

Recycleerbaarheid: makkelijk

Veiligheid: relatief veilig

Zit in: drinkflessen, flessen van schoonmaakmiddelen en doucheproducten, voedingsverpakkingen...



Recycleerbaarheid: makkelijk

Veiligheid: veilig

Zit in: folies, plastic tasjes, tubes van crèmes...

MOEILIK OF NIET TE RECYCLEREN:

Code 3: PVC

Voluit: polyvinylchloride

Textuur: hard en stijf

Recycleerbaarheid: bouwmaterialen kunnen naar het containerpark

Veiligheid: te mijden, bij de productie komt giftige dioxine vrij

Zit in: rioleringspijpen, verpakkingen van geneesmiddelen, wegwerptafelkleden...



Code 2: HDPE

Voluit: high density polyethyleen

Textuur: hard, maar flexibel en doorgaans ondoorzichtig

Recycleerbaarheid: makkelijk

Veiligheid: veilig in gebruik

Zit in: melk- en shampooflessen, boterkuipjes, verpakking van ontbijtgranen...



Code 6: PS

Voluit: polystyreen Textuur: kan zowel hard en stijf zijn als zacht en flexibel

Recycleerbaarheid: moeilijk

Veiligheid: te mijden

Zit in: wegwerpbestek, verpakkingen en schaaltes van piepschuim...



Code 5: PP

Voluit: polypropyleen

Textuur: hard en niet flexibel

Recycleerbaarheid: makkelijk

Veiligheid: veilig

Zit in: plastic dopjes en deksels, bloempotjes, rietjes...



Code 7: O

Voluit: overige en gemengde kunststoffen

Textuur: kan verschillen omdat het vaak gaat om een mix van plastics

Recycleerbaarheid: niet

Zit in: tandpastatubes, zonnebrillen, flessen voor watercontainers...



Code 4: LDPE

Voluit: low density polyethyleen

Textuur: zacht en taai



EET U MET LICHTMIS EEN PANNENKOEK?

door Gerald Biesemans



Maria-Lichtmis wordt 40 dagen na de geboorte van Jezus gevierd, op 2 februari.

Het feest verwijst naar een gebruik ten tijde van Jezus. Volgens de joodse wet (Leviticus 12) moest een pasgeboren jongen 40 dagen na de geboorte naar de tempel worden gebracht om aan het volk te worden getoond (bij meisjes 80 dagen) en te worden toegewijd aan God. Een andere benaming is 'Feest van de Opdracht van de Heer'. Dit is eigenlijk correcter, omdat de dag meer in het teken van Christus dan van Maria staat. In deze donkere tijden snakt iedereen naar licht. Vinden we inspiratie bij een kinderfeest ?

In veel parochiekerken is (was ?) er in deze dagen een lichtmisviering. Heel anders dan op gewone zondagen loopt de kerk dan vol met jonge ouders en baby's, met kinderwagens en maxi-cosi's. Sommige baby's en peuters zijn onder de indruk van de galmende ruimte en het licht dat door de hoge ramen valt en ze kijken stil met grote ogen om zich heen. Andere kindjes beginnen te jengelen of hartverscheurend te huilen. Ergens in de viering mogen ze meelopen in de stoet en allemaal een brandend kaarsje vasthouden. Op Lichtmis worden de kleine kinderen gezegend, net zoals Jezus heel lang geleden ook als klein kindje naar de tempel werd gebracht.

Donkere dreigingen

Volwassenen kunnen – rationeel – het gevoel hebben dat zelfs met een hele stoet kaarslichtjes de donkere dreigingen van onze tijd niet weggevaagd kunnen worden. Klimaatopwarming, burn-outs, vreemdelingenhaat, wat kunnen daar een paar kaarslichtjes tegen?

Maar misschien kijken we verkeerd ? Want met Lichtmis gaat het niet om de kaarsjes, maar om de kinderen.

Zij zijn onze hoop. Kinderen lopen met glanzende ogen de toekomst tegemoet, net zoals altijd. Ouders willen het beste voor hun kinderen, of ze nu gelovig zijn of niet. Dat gelovige ouders hun kinderen laten zegenen, betekent zeker niet dat ze verder niets meer doen om hun kinderen gelukkig te maken.

Zoals elke zegen is het tegelijk een belofte en een besef dat je als mens niet alles in de hand hebt en het ook niet allemaal alleen kan waarmaken. Het is een vraag van ouders aan God en wereld om mee te werken aan die geluksopdracht die op hun schouders rust. Een zegen vragen is als beloven zelf je uiterste best te doen, maar tegelijk te beseffen: ik kan het wellicht niet alleen. Met het vieren van een lichtmis willen ouders van jonge kinderen de wereld zelf mee een duwtje in de goede richting geven.

Pannenkoeken

Het klinkt naïef om te zeggen dat je de wereld wilt veranderen. Maar alle beetjes helpen. Gewoon alvast leven volgens de droom die je hebt, kan een wereld van verschil maken. Bijvoorbeeld bewust tijd en ruimte maken voor wat je echt belangrijk vindt in het leven. Geld bewust uitgeven aan wat je echt gelukkig maakt. Andere mensen allereerst beschouwen als medestanders en niet als mogelijke vijanden. In zo'n wereld zouden kinderen sowieso echt gezegend zijn.

Het is een oud gebruik om met Lichtmis pannenkoeken te eten. Laten we er een statement van maken: voor elke pannenkoek die je eet, schenk je een uur quality time, zoals dat dan heet, aan een kind in je omgeving. Dan wordt Lichtmis echt een feest van licht, een feest van en voor de kinderen van vandaag en van de toekomst.



“Met lichtmis geen vrouwke zo arm of ze maakt haar panneke warm”

Bronnen: Kolet Janssen in DeRedactie.be van 02/02/2017 – <https://www.kerknet.be>

‘VAN CLAREN IJSE EN SNEE’

door Gerald Biesemans

Bron: Harry Stalknecht in: <https://q-geschiedenis.eu/2020/01/12/van-claren-ijse-en-snee/?mt=9e7baa4b0393f082ded71f7490d875fda67c26e49ec05510cc300a8efec7694b>

Zodra de eerste sneeuw maar beneden dwarrelt en de grond wit kleurt, zie je ze op de hoeken van de straten verschijnen: sneeuwpoppen. Voor het maken van één sneeuwman zijn tien miljoen vlokken nodig. Maar de sneeuwpop is zoveel meer dan een koude som. Hij vormt een warme herinnering in ons collectieve geheugen, een echo uit vervlogen kinderjaren.

Hoelang we al ons evenbeeld uit sneeuw maken is onmogelijk te zeggen. Het is verleidelijk om onze vroegste voorouders vrolijk bezig te zien met sneeuw. Homo sapiens als homo ludens, de spelende mens. Maar de eerlijkheid gebiedt dat daar geen bewijs voor is. Een sneeuwman laat zich nu eenmaal niet fossiliseren en ook grottekeningen getuigen niet van hun vroege bestaan.



De eerste foto van een sneeuwpop is in 1853 gemaakt door een Engelse vrouw Mary Dillwyn, laat zien dat er tot vandaag nog niets aan de sneeuwman is veranderd.



*De oudste afbeelding van een sneeuwman is te vinden in een 14de-eeuws Brussels
getijdenboek. (collecties van de Koninklijke Bibliotheek in Den Haag)*

Mirakel van Brussel

De bewoners van de Lage Landen hadden iets met sneeuw en ijs. En sneeuw viel er ook meer dan genoeg in de periode tussen 1450 en 1850, de Kleine IJstijd. In de eerste weken van 1511 verschenen in de straten van Brussel overal sneeuwsculpturen, zeker zo'n 110 in getal. Ze maakten op de Brusselaars zoveel indruk dat er werd gesproken van het Mirakel van Brussel. Stadsdichter Jan Smeken schreef een beeldend verslag op rijm: 'd'Wonder dat in die stat van Bruesel ghemaect was, van claren ijse en snee'. Zeker drie weken lang was het druk in de straten van de stad. Grote drommen mensen vergaapten en vermaakten zich met de sneeuwfiguren. Het waren stuk voor stuk kunstige voorstellingen uit de Bijbel en de Oudheid, maar ook prikkelende zinnenbeelden en spotternijen. Zo was er een soort van manneke pis dat in de mond van een man plaste, een wellustige hoer met welgevormde boezem en een openlijk vrijend stelletje.

Gevaar voor vandalisme was er ook toen al. Het stadsbestuur waarschuwde dat 'nyemandt egheenen personaigien, die van den sneeuwe gemaect waeren, by daighe noch by nachte en mochten in stucken breken, op de correctie van den heren ende van der stadt'

'Hij vringt, hij plakt, hij kneed'

De sneeuwfeesten bleven in de Zuidelijke Nederlanden lang populair. We kennen ze van Mechelen (1571) en Rijssel (1600). Van Antwerpen is er een uitgebreide beschrijving uit 1772. Daarin een schets van de ontberingen van de sneeuwkunstenaars: 'men ziet den meester houwen, hij vringt, hij plakt, hij kneed, men ziet hem hevig douwen, niet zonder grote smert, niet zonder grooten rouw, zijn vingers staan als stijf, door 't nijpen van de kouw'. Maar

vrolijkheid had toch wel zwaar de overhand. Een beeld van Bacchus trok in ieder geval veel volk en werkte duidelijk inspirerend op de sinjoren, want er werd volop 'gesopen'!



Het Bloedbad van Fort Schenectade.

De twee sneeuwmannen naast de poort spelen in de overlevering een belangrijke rol.

Voor een minder feestelijke vermelding van een sneeuwman maken we een oversteek naar Noord-Amerika, naar het Hollandse fort Schenectade in het jaar 1690. De naam is indiaans van oorsprong en betekent 'achter de dennebomen'. Het fort lag aan de Hudson, ongeveer 250 kilometer ten noorden van het huidige New York. Het werd beschermd met een houten wal. Toch wist een groep Fransen, ondersteund door indianen tijdens een felle sneeuwstorm op 8 februari de vesting binnen te dringen. Zeker zestig bewoners werden afgeslacht en de nederzetting werd tot de grond toe afgebrand. De Hollanders leken volledig verrast. De poort die dicht hoorde te zijn, stond open. Iemand met gevoel voor humor had aan weerskanten van de poort twee sneeuwpoppen als wachtpost neergezet. Achteraf werd gezegd dat de dienstdoende wachters erop rekenden dat de sneeuwmannen eventuele belagers wel zouden afschrikken terwijl zij hun wacht in de warmte van een nabijgelegen taverne uitzaten. Een fabeltje natuurlijk. Maar dat de sneeuwmannen er gestaan hebben en door de Fransen zijn opgemerkt, staat vast.



WORDT ONZE BELANGRIJKSTE BANAAN ZIEK?

door Gerald Biesemans

Maakt een schimmelziekte onze (Cavendish) bananen duurder?

Bron: https://www.nieuwsblad.be/cnt/dmf20190816_04560511

<https://www.hln.be/geld/economie/bananenplantages-wereldwijd-bedreigd-door-ziekte~a9ada6b2/>



De bananensector staat in rep en roer. In Zuid-Amerika is voor het eerst een schimmel opgedoken die een ravage kan aanrichten op plantages. De Cavendish-banaan, de soort die vandaag in elke winkel in de rekken ligt, is niet resistent. Gevolg: de consument zal binnenkort wellicht wat meer mogen betalen voor de fruitsoort.

De ziekte TR4 werd in juli voor het eerst vastgesteld op twee plantages in Colombia. Dat land is een van de grote leveranciers van onze bananen. Tropical Race 4 (TR4), soms de Panamaziekte genoemd, is een bodemschimmel die niet kan bestreden worden met gewasbeschermingsmiddelen. Het rooien en buiten gebruik stellen van besmette gebieden is de enige manier om verspreiding tegen te gaan. Een getroffen plantage is dan wel voor lange tijd verloren voor productie. “Het duurt tot dertig jaar vooraleer de schimmel uit de grond is”, weet expert Frederic Rosseneu, business development manager bij de Belgische fruit- en groentereus Greenyard.

De Panamaziekte is al langer gekend, en verspreidde zich de voorbije jaren in Azië en Afrika. In de jaren 1960 zorgde een vroegere variant van de Panamaziekte voor de uitroeiing van de Gros Michel, toen de meest populaire bananensoort. Landbouwers stapten daarom over op de Cavendish-banaan, die ze beschouwden als een inferieur product, maar immuun voor de ziekte. De ziekte overleeft tot 40 jaar onder de grond. Daardoor lopen miljarden tonnen voedsel gevaar en het planten van nieuwe bananensoorten is bijzonder duur.

In Zuid-Amerika was de ziekte nog nooit opgedoken. En dat baart de sector zorgen. Zuid-Amerika is het belangrijkste aanvoergebied van bananen voor Europa. Een kwart van de bananen die bij ons in de rekken ligt, komt uit Colombia. Buurland Ecuador is zelfs een nog grotere producent en exporteur. En in tropische gebieden zijn miljoenen mensen afhankelijk van bananen als dagelijkse voedselbron.

Voorlopig zijn nog maar zowat honderd hectaren in Colombia besmet, op een totaal van meer dan 40.000 hectaren. “Het is dus niet zo dat we morgen geen bananen meer zullen hebben”, aldus Rosseneu. “Maar de ziekte zal zich hoe dan ook verspreiden. Het wordt dus cruciaal om de schimmel zo goed mogelijk af te remmen.

En dat wordt een collectieve inspanning. Negentig procent van de telers kan inspanningen leveren om te ontsmetten, maar als de resterende tien procent niet de middelen heeft of onwetend is, dan is er een probleem”.

Naast de bananenverzameling van de KU Leuven (zie de vorige Seniorenkrant) heeft ons land nog een belangrijke verzameling, namelijk de xylotheek of xylarium van het AfricaMuseum in Tervuren waarmee we in de volgende Seniorenkrant kennis zullen maken.

QUARANTAINES

door Gerald Biesemans



Bronnen: Wikipedia en Jos De Greef in : <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2020/03/08/van-de-bijbel-tot-het-coronavirus-quarantaine-en-afzondering-al/>

We hebben dit jaar het woord 'quarantaine' (te) vaak gehoord, samen met de termen 'coronavirus' of 'covid-19'. Maar 'quarantaine' als middel ter bescherming tegen of indijking van besmettelijke ziek(t)en, is niet nieuw.

Het woord is afgeleid van het Italiaanse 'quaranta giorni' (letterlijk: veertig dagen) en dateert uit de middeleeuwen. Het is een van origine medische term ten tijde van de pestepidemie in de 14e eeuw. In deze tijd werden namelijk alle aanmerende schepen verplicht om 40 dagen in de haven stil te blijven liggen, en werd de bemanning daarbij geacht het schip niet te verlaten. Deze maatregel behelst het afschermen van risicobronnen ter vermindering van verspreiding van een infectie.



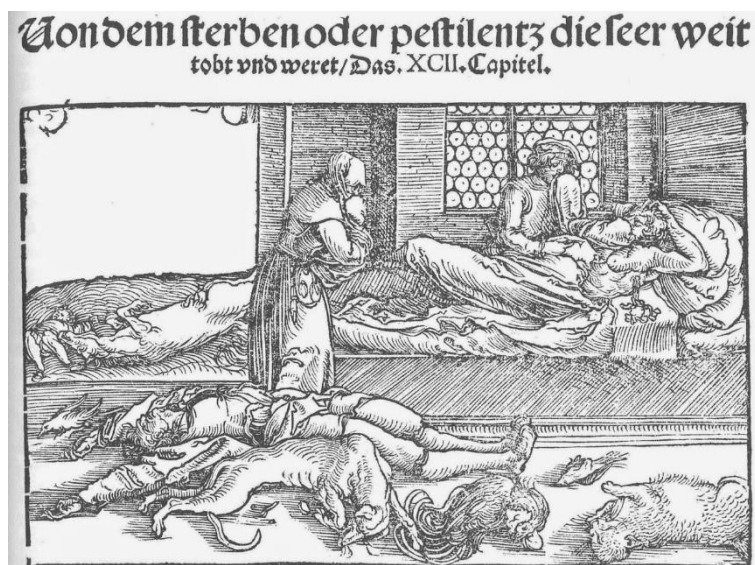
Miniatuur door Pierart dou Tielt in de *Tractatus quartus* bu Gilles li Muisit (Doornik, c. 1353)

Reeds in de Bijbel staan referenties naar zieke mensen die afgezonderd moeten worden om verspreiding van ziekten tegen te gaan. Geestelijken en overheden waren altijd beducht voor de verspreiding van besmettelijke ziekten, ook al omdat die de economische en militaire slagkracht van een staat konden aantasten.

In het jaar 549 verbood de Byzantijnse (Oost-Romeinse) keizer Justinianus de toegang tot zijn grondgebied, en zeker tot Constantinopel, voor mensen die uit gebieden kwamen waar de pest huishield. Het ging om een van de zwaarste epidemieën van pest, waarbij een groot deel van de bevolking van Europa zou omkomen. In de Arabische wereld – waar geneeskunde toen op een hoog niveau stond – verplichtte de kalief al-Walid in 707 dat het nieuw gebouwde ziekenhuis in Damascus een aparte afdeling moest hebben voor melaatsen. Omstreeks 1200 werden melaatsen onder invloed van de kerk in Europa verplicht geïsoleerd in ‘leprozenhuizen’ of ‘leprozenkolonies’.

Het begin van ‘quarantaine’ of 40 dagen

In 1348 woedde in grote delen van Europa de builenpest of ‘Zwarte Dood’. Die kwam vanuit Azië via de Zijderoute en schepen van Italiaanse handelssteden Europa binnen en verspreidde zich erg snel. Meer dan 25 miljoen mensen zouden de volgende jaren daarbij omgekomen.



Een houtsnede van stervende pestpatiënten in 1532. Landesmuseum Baden

Maatregelen drongen zich op. In 1374 verdreef de hertog van Milaan Bernabo Visconti alle pestlijders uit zijn stad om afgezonderd in de bossen ‘te sterven of te genezen’. Het eerste kwam het vaakst voor. De handelsrepubliek Ragusa (Dubrovnik, nu in Kroatië) aan de Adriatische Zee legde in 1377 aankomende schepen de verplichting op om 30 dagen voor anker te blijven liggen vooraleer mensen of lading aan land mochten worden gebracht. In Venetië werd dat later opgetrokken tot 40 dagen, en andere steden zoals Genua en Marseille volgden al spoedig dat voorbeeld.

Later werd op een eiland in de lagune van Venetië een 'lazaretto' (lazaret) opgericht, waar mensen met besmettelijke ziekten verplicht in afzondering moesten gaan leven. Het woord 'lazaret' duidt oorspronkelijk op een leproserie: een buiten de stadsmuren gelegen plaats waar leprapatiënten woonden en konden worden verzorgd. Het woord is afgeleid van de naam van de bedelaar Lazarus uit de bijbel, die volgens de Middeleeuwse overlevering lepra zou gehad hebben. De verspreiding van melaatsheid en pest werd hierdoor niet verhinderd, maar de sterftegevallen in Venetië lagen toen beduidend lager dan elders in Europa en ook dat voorbeeld vond navolging. Gelijkaardige maatregelen werden genomen toen later de gele koorts en syfilis toesloegen in Europa.

Van 'Decamerone' tot corona

De pest van 1348 inspireerde ook de Italiaanse schrijver Giovanni Boccaccio tot zijn meesterwerk 'Decamerone'. In dat fictiewerk vluchten een aantal mannen en vrouwen uit angst voor de pest weg uit de stad Firenze om in vrijwillige afzondering in een villa op het platteland te gaan wonen. Om de tijd te vullen, vertellen ze tien dagen lang elk een verhaal. Boccaccio verloor zijn vader en veel familie en vrienden aan de pest en beschrijft de epidemie van 1349 uit de eerste hand.

Vrijwillige quarantaine kwam evenveel voor als verplichte. Het bekende voorbeeld is het Engelse dorp Eyam dat zich tijdens een latere pestepidemie in 1665 vrijwillig afsloot om de omgeving niet te besmetten. Ongeveer de helft van de inwoners overleefde de ziekte. Twee jaar tevoren had koning Karel II de verplichting opgelegd dat alle schepen die naar Londen kwamen 40 dagen lang in de Thamesmonding voor anker moesten blijven liggen.

Meer recent is de 'pestmuur' die in 1721 in de Vaucluse in Zuid-Frankrijk werd opgericht om de verspreiding van de ziekte vanuit het kustgebied rond Marseille te voorkomen. In 1821 stuurde de Franse regering 30.000 soldaten om de grens met Spanje via een 'cordon sanitaire' af te sluiten toen in dat land een uitbraak van gele koorts woedde.

En in de Verenigde Staten nam een Congres in 1874 een wet aan die quarantaine verplichtte voor zieke nieuwkomers. Immigranten vanuit Europa – vaak in Antwerpen ingescheept op een van de boten van de 'Red Star Line' – passeerden decennialang via het kleine Ellis Island vlakbij New York. Wie ziek was, werd er een tijd in quarantaine gehouden of werd de toegang geweigerd en op kosten van de rederij terug gestuurd naar de haven van herkomst.



De Paashaas in quarantaine

QUIZ DECEMBER

door Simone Jansen

Als vrolijke noot kan u hieronder een aantal quizvragen terugvinden.

Tip: 8 antwoorden uit deze seniorenkrant, 2 uit de vorige.

De oplossingen zijn terug te vinden achteraan in de krant.

Veel quizplezier 😊

1. In welke Belgische regio is al vroeg in de 20ste eeuw speculOOs ontstaan?
2. Wat betekent "Quarantaine" letterlijk?
3. Waarvoor staan de letters van het niet of moeilijk te recycleren PVC?
4. Wie schreef het gedicht " De krekel en de mier"?
5. Van wie is het gedicht "Dien avond en die rooze"
6. Wat is de officiële app voor de Belgische nooddiensten?
7. Geef de naam voor de periode tussen 1450 en 1850, toen er meer dan genoeg sneeuw viel?
8. In welk jaar kwam zanger Louis Neefs, samen met zijn vrouw Liliane, op Kerstdag om het leven in Lier?
9. Uit welk land komt een kwart van de bananen die bij ons in de rekken ligt?
10. Welke vis is " De vis van het jaar 2020" ?



TIJD VOOR SUDOKU !?

Jef Van der Linden

Sudoku

Om een sudoku op te lossen volstaat het logisch te redeneren. Gokken is niet de juiste methode. Vul het raster zo in dat elke rij, elke kolom en elk blok van 3x3 vakjes alle cijfers van 1 tot en met 9 bevatten.

BEGINNERS

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

GEVORDERDEN

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

EXPERTS

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



Uitslag van dit denkwerk
achteraan terug te vinden.

Wij wensen u veel denkplezier !

DE KREKEL EN DE MIER

Jan de krekel
had een hekel
aan het werk bij zomerdag.
En hij zong maar
en hij sprong maar
en vergat zijn ouwe dag.

Maar wat later
stond zijn snater
- 't was toen winter - stil en stijf.
En 't gebeurde
dat hij treurde
zonder eten in zijn lijf.

't Werd vernomen
door een vrome
mier die hem wel lijden mocht
en die eten
ongeweten
in haar magazijnen zocht.

Hier, zo zei ze,
wil niet grijnzen.
Heb niet langer nog verdriet.
Lafontaine
en de zijnen
zijn lang dood, zij weten 't niet.

Gaston Durnez.
Uit de bundel 'Wiltzang'

ANTWOORDEN

Jef Van der Linden en Simone Jansen

Quiz:

1. Regio Verviers
2. 40 dagen
3. Polyvinylchloride
4. Gaston Durnez
5. Guido Gezelle
6. 112 BE
7. De Kleine IJstijd
8. In 1980
9. Columbia
10. De pladijs (= de schol)

Sudoku:

Sudoku Beginners

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

Gevorderden

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

Experts

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

**verantwoordelijke uitgever**

gemeente en ocmw Zoersel, Seniorenraad
Handelslei 167, 2980 Zoersel

verspreiding

Gratis aan huis bij alle 60-plussers die erom vragen
(één exemplaar per gezin) of via digitale weg.

verantwoording

Elke auteur is verantwoordelijk voor zijn bijdrage. Aan teksten in de seniorenkrant kan geen rechtskracht worden ontleend. Het staat de redactie vrij ingezonden stukken al dan niet (verkort) weer te geven, met respect voor het meest essentiële van de inhoud.