

## Evaluatieformulier

Zijn er herinneringen die naar boven kwamen die je graag met ons wil delen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Zijn er tips, opmerkingen of feedback die jullie ons willen meegeven?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Bedankt voor uw feedback!



## Stap jij ook mee in de herinneringen van onze bewoners?



Onze Mater-tuin omgetoverd in een dementievriendelijke herinneringstuin.

## *“Op stap in je herinneringen”*

Beste bewoner en bezoeker,

Wij gingen op zoek naar een manier om op stap te gaan in de herinneringen van de bewoners. Daarvoor toverden wij onze tuin om in een dementievriendelijke herinneringstuin.

Deze wandeling helpt om herinneringen op te halen.

Personen met dementie hebben moeite om recente gebeurtenissen te onthouden, maar houden ervan om te vertellen over het verleden. De vragen in deze brochure en de wandeling in de tuin bieden een eerste aanzet tot reminiscentie (= herinneringen ophalen). Durf dingen aan elkaar te bevragen en geniet samen van de verhalen, de herinneringen, de gevoelens en elkaars gezelschap!

In deze tuin hebben wij 5 thema's uitgewerkt:  
Tuinieren en moestuin, landbouw, huishoudelijk werk,  
speelgoed en geloof

Wij wensen jullie alvast heel veel wandelplezier!

Marthe Deneckere & Febe Collie —  
Referentiepersonen dementie

## *mooie momenten*

DIE MOET JE KOESTEREN EN  
VAN TOP TOT TEEN BEKIJKEN  
OM ZE VERVOLGENS TE BEWAREN  
BIJ JE MEEST WAARDEVOLLE BEZIT...

## *je herinneringen*



## Tot slot

Eerst en vooral willen we jullie van harte bedanken om de herinneringstuin te bewonderen. We hopen jullie hiermee een leuk moment bezorgd te hebben waarbij verhalen, gevoelens en herinneringen naar boven zijn gekomen.

Indien jullie nog opmerkingen, tips of advies voor ons hebben mogen jullie dit op de laatste bladzijde noteren en afgeven aan de receptie.

Jullie kunnen steeds bij ons terecht voor vragen en advies!

Marthe & Febe



**SAMEN DEMENTIE  
DRAAGLIJK MAKEN**

## Info

### Startplaats

De startplaats is gelegen op het wandelpad in onze tuin, die is te bereiken via de cafetaria.

### Wegaanduiding

Volg deze vergeet-me-nietjes die op de grond afgebeeld zijn. Het Vergeet-Mij-Nietje is het symbool van dementie.



### Opgelet:

Mogen we jullie vriendelijk vragen om tijdens de wandeling jullie **mondmasker** steeds aan te houden, **social distancing** te respecteren (1,5 meter), de **juiste richting** te volgen en de **handen** te **ontsmetten** wanneer u dat aangeboden wordt bij de verschillende haltes.

Reminiscentie doet beroep op wat de oudere nog kan. Dit is voor mensen die voortdurend geconfronteerd worden met afnemende capaciteiten, een verademing.

# 1. Huishouden

In de jaren 50 was de vrouw meestal voltijds huisvrouw en moeder. Het huishouden kost vlak na de oorlog nog veel tijd.



## Wist je dat...

*In 1955 bleek uit een onderzoek naar tijdsbesteding dat de vrouw gemiddeld 62 uur per week kwijt was aan huishoudelijke taken.*



- \* Wie deed bij jullie thuis de was? Hoe gebeurde de was precies?
  - \* Als het winter was, waar droogde je de was dan?
  - \* Wanneer had je een wasmachine met elektriciteit?
  - \* Was de taakverdeling van een meisje anders dan van een jongen? Wat waren de verschillen?
  - \* Welke huishoudelijke taken deed je (niet) graag?
  - \* Welke mooie en minder mooie herinnering heb jij zelf aan het huishoudelijk werk?

Help jij onze deurmat uitkloppen met de mattenklopper?



# 6. Ontspanningsmoment

Leuk, jullie hebben de wandeling volledig afgelegd!

Indien er de mogelijkheid is nog eventjes van de buitenlucht te genieten, geven wij jullie graag nog enkele beweeg- en ontspanningsoefeningen mee.

- \* Draai je hoofd heel rustig rond.
- \* Adem heel diep in en hou je adem even vast. Blaas nadien zo lang mogelijk uit.
- \* Breng je armen helemaal tot boven je hoofd en breng ze langzaam terug naar beneden.
- \* Steek 1 voet vooruit en draai je enkel 10 keer rond. Herhaal dit met de andere voet.





Er staan heel wat landbouw- en boerderijwerktuigen in onze tuin. Herken jij ze nog allemaal? Voor wat werden ze gebruikt?



- \* Hadden jullie (of jullie ouders) een boerderij?
- \* Welke dieren vond je terug op deze boerderij?
- \* Hoe laat op de dag werden de koeien gemolken en hoeveel keer op een dag?
- \* Welke andere taken moesten er gedaan worden?
  - \* Moest je vaak helpen als kind op de boerderij?
- \* Had iedereen zijn eigen taak op de boerderij? Wat was jouw taak?
  - \* Wat was het lastigste werk op de boerderij?
  - \* Had elke boer zijn trekpaarden?
- \* Welke mooie en minder mooie herinnering heb jij zelf aan de vroegere landbouw?

Kunnen jullie raden hoeveel kilo bieten er in onze metalen mand zit?



Doe jij een poging om onze koe te melken?



Er staan heel wat materialen die vroeger gebruikt werden in het huiselijke werk. Herken jij ze nog allemaal? Voor wat werden ze gebruikt?



- \* Kon iedereen bij jullie thuis naaien?
- \* Had je een naaimachine thuis? Maakte je zelf ook kleren of deed je enkel retouches?
- \* Aan wie leerde je naaien?

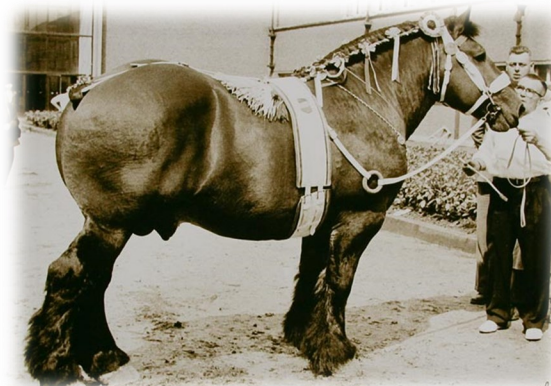


- \* Hoe ging het strijken vroeger in zijn werk?
- \* Had je een vaste dag om te strijken?
- \* Wanneer had je voor het eerst een strijkijzer dat werkte op elektriciteit?
- \* Hadden jullie een strijkplank?

## Maar tijden veranderen ....

De boerenzoons en -dochters van vroeger, veel bewoners uit ons woonzorgcentrum, hebben dit van dichtbij gezien.

Ze waren getuige van de komst van de eerste melkmachines. Het melken met de hand, zittend op een laag krukje onder de koe, met de melkemmer tussen je knieën, was meteen verleden tijd. Ze zagen de eerste tractors komen die sneller en krachtiger waren dan hun trekpaarden. En de eerste dorsmachines van het loonwerkersbedrijf maakten het werk met zeis en dorsvlegel overbodig.



Deze mechanisatie gaf onze boerenmensen een dubbel gevoel. Natuurlijk werd het werk lichter, sneller en efficiënter. Maar er ging tegelijkertijd een stukje rust en romantiek verloren. Want

wat was er mooier dan in de vroege ochtend met je twee prachtige trekpaarden naar het land te trekken, om daar in alle rust en op het gemak je werk te doen te midden van de heerlijke natuur .... Van toen af ging de ontwikkeling razendsnel. Er werden steeds meer voorwaarden en eisen gesteld aan het boerenbedrijf. Men moest mee in die ontwikkeling om te kunnen blijven bestaan. Lukte dit niet, om welke reden dan ook (financieel, gezondheid, tegenslag, geen opvolger, ... ) of wou men dit gewoonweg niet, dan was het familiebedrijf gedoemd te verdwijnen.



- \* Voor wat werd een kolenkit gebruikt?
- \* Hadden jullie een speciale plaats om de kolen op te bergen? Wie zijn taak was het om kolen te halen?
- \* Welke herinneringen heb je aan de kolenkachel?



- \* Moesten jullie vroeger vuilnis sorteren?
- \* Hoe ging dat precies in zijn werk?
- \* Wat deden jullie met groot vuilnis? Bestond er een containerpark?



Voor de boerin en haar dochters kwam daar het dagelijkse huishouden nog bij en de verwerking van de oogst: boter en kaas maken, slachten van de dieren, bereiden en conserveren van het vlees (drogen, pekelen), bewaren van groenten en fruit (wecken, inmaken, confituur maken).



De kinderen hielpen van kleins af mee, zowel de jongens als de meisjes. Zo leerden ze vanzelf de stiel van hun ouders. En wanneer uiteindelijk de ouders te oud werden en echt niet meer konden, hadden de zoons ervaring genoeg om het bedrijf over te kunnen nemen. De ouders bleven dan meestal inwonen zodat pa toch nog betrokken bleef bij het werk en kon meehelpen als het nodig was. In de drukste periodes, kreeg men extra hulp van de burens, meestal zelf ook boeren. Spontaan, gratis en belangeloos meewerken: een volgende keer was het immers omgekeerd, dan hadden zij helpende handen nodig. Zoals men zegt: iedereen had toen iedereen nodig! En er werden gezellige dagen van gemaakt. Dagen van samen keihard werken maar ook van samen stoeien en plezier maken, en van samen picnicken op het veld!

## 2. Geloof

Hier kunnen jullie materialen bezichtigen die met de kerk en het geloof te maken hebben.

De Sint-Medarduskerk in Wervik is één van de ruimste bedehuizen van West-Vlaanderen: 81 meter lang, 37 meter breed en een toren van 86 meter hoog.



- \* Hoeveel keer per week gingen jullie naar de mis?
  - \* Moest je voor school ook naar de mis?
- \* Heb je wel eens 'gezeurd' als kind en gedaan alsof je naar de mis ging terwijl je iets anders deed?
  - \* Ben je misdienaar geweest?





- \* Kunnen jullie het Onze Vader, het Weesgegroet en het Tafelgebed opzeggen?
- \* Hoeveel keer werd er bij jullie thuis gebeden?
  - \* Was dit op vaste tijdstippen?



Vakanties kende men niet. Enkel de kerkelijke feestdagen, de Sacramentprocessie en de kermis zorgden voor een welkome onderbreking van de doorgaans lange werkdagen. De boerenbedrijfjes waren vooral gemengde bedrijven met zowel landbouw als veeteelt. Bovendien had elke boer zijn eigen moestuin, wat fruitbomen, wat kippen en ander kleinvee, zodat ze volledig in eigen behoefte konden voorzien. Het hele gezin hielp mee met melken van de koeien, voeren van de varkens, uitmesten van de stallen, bemesten van het land en de weide, ploegen, eggen, zaaien, schoffelen en onkruid wieden, maaien, hooien en oogsten.



- \* Vanaf 27 november **2016** bidden we in Vlaanderen en Nederland een **nieuwe versie** van het **Onze Vader**.
- \* Er vroeger veel meer hoofdletters stonden in het Onze Vader?

Wist je dat...



## 5. Landbouw en werkmateriaal

Het 'boerenleven' is in honderd jaar tijd op alle vlakken geweldig geëvolueerd. Een evolutie van koeien melken met de hand tot de melkrobot van nu. Van ploegen met een paard en ploeg tot de meest geavanceerde, multifunctionele landbouwmachines. Van produceren voor eigen gebruik tot méér en méér produceren, organiseren, specialiseren, moderniseren, digitaliseren, investeren en uitbreiden. Van hardwerkende boer tot manager .



In vroegere tijden bepaalden de werkzaamheden op de boerderij het leven van het boerengezin. De productie was bijna uitsluitend voor eigen voorziening en voor het in stand houden van het familiebedrijfje. Het hele jaar werd er zware lichamelijke arbeid verricht. Men leefde sober en spaarzaam. Men had weinig behoeften en was gauw tevreden.

# Nieuw Onze Vader: zoek de 6 verschillen

Links kunt u de 'oude' versie van het Onze Vader vinden, aan de rechterkant het nieuwe. Vinden jullie de 6 verschillen?

### Dit is de 'oude' versie van het Onze Vader in Vlaanderen:

Onze Vader, die in de Hemelen zijt,  
geheiligd zij Uw Naam,  
Uw Rijk kome,  
Uw Wil geschiede  
op aarde als in de Hemel.  
Geef ons heden ons dagelijks brood  
en vergeef ons onze schulden,  
gelijk ook wij vergeven aan onze schulde-  
naren,  
En leid ons niet in bekoring  
maar verlos ons van het kwade.

### Dit is de nieuwe versie van het Onze Vader:

Onze Vader, die in de hemel zijt,  
uw naam worde geheiligd,  
uw rijk kome,  
uw wil geschiede  
op aarde zoals in de hemel.  
Geef ons heden ons dagelijks brood  
en vergeef ons onze schulden,  
zoals ook wij vergeven aan onze schulde-  
naren,  
en breng ons niet in beproeving  
maar verlos ons van het kwade.



- \* Hadden jullie thuis een kruisbeeld aan de muur hangen?
- \* Op welke plaatsen werden deze opgehangen?
- \* Werd dit gebruikt als decoratiestuk of had dit een bepaalde functie?

- \* Hadden jullie een persoonlijke paternoster thuis?
- \* Wanneer werd deze gebruikt?



- \* Hadden jullie thuis een wijkwater vaatje?
- \* Waar werd deze opgehangen?

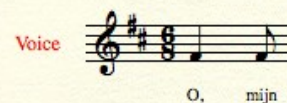
- \* Zijn er nog andere materialen die je thuis liggen had die verwezen naar jullie geloof?

Hieronder vind je liedjes uit de oude vervlogen tijd.  
Kun je het liedje nog meezingen?

## Klein, klein kleutertje

kinderliedjes.overtu

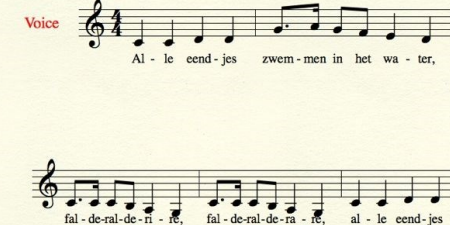
tempo: rustig  
kwart noot = 90 / 110



## Alle eendjes

kinderliedjes.overtu.net

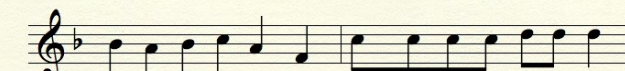
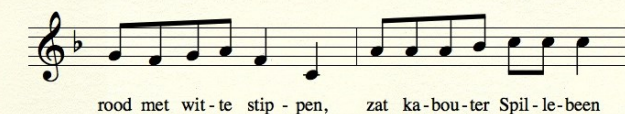
tempo: levendig  
kwart noot = 120



## Op een grote paddestoel

kinderliedjes.overtu.net

tempo: rustig, levendig  
kwart noot = 100



- \* Ken jij nog andere liedjes die gezongen werden tijdens het spelen?
- \* Werd er veel gezongen bij jullie thuis?

- \* Lukt het je nog om met de pekkels te gooien ?



## Ken jij ze nog? De bikkels van weleer.

Pekkelen zoals het werd genoemd, was een favoriete bezigheid op de speelplaats.

## Wist je dat...

Oorspronkelijk waren bikkels kootjes van schapen en geiten en het bikkelen was al bij de Grieken in de oudheid bekend.

Later werden er ook bikkels van metaal gemaakt waarmee gespeeld kon worden.

De jongeren van vandaag kennen vaak dergelijke spellen niet meer.

Maar ze hadden grote waarde.

Een spel als bikkelen, net als ook knikkeren en tolleren, leerde kinderen makkelijk omgaan met verlies, je won, je verloor, maar vooral je was samen bezig. Er werd meestal ook gezongen bij het bikkelen, de liedjes waren vaak streekgebonden.



- \* In welke kerk werd je gedoopt?
- \* Hoe zag je doopkleedje eruit?



- \* Heb je nog herinneringen aan je vormsel?
- \* Wie was er aanwezig op je vormsel?
- \* Hoe werd deze dag gevierd?

- \* Heb je nog herinneringen aan je huwelijk? Wat kun je hierover vertellen?
- \* Maakte je het trouwkleed zelf of ging je hiervoor naar de winkel?





### 3. Tuinieren en moestuin

Vroeger hadden mensen een moestuintje uit noodzaak. Natuurlijk was het lekker, maar eigen kweek was vooral goedkoop. Tegenwoordig zijn volkstuinen, om heel andere redenen, weer helemaal in. Het is ontspannend om met je verstand op nul in de grond te wroeten na een vermoeiende werkdag. Eigen kweek, vers en onbespoten. We vinden het belangrijk om te weten waar ons eten vandaan komt, en het is nog veel smakelijker ook!



Er staat op het ijzeren tafeltje een houten plank met verschillende bokaal in. In deze bokaal zitten zaden van groenten en/of fruit.

Kunnen jullie raden welke zaadjes er in de bokaal zitten?

### Loopfiets.

De eerste fiets was een loopfiets. Dat was een fiets waarop je zat en je beurtelings af moest zetten met je voeten. De eerste fiets heette draisine.

Hij bestond uit twee wielen, verbonden door een houten balk en daarop moest je gaan zitten. Het was niet alleen de eerste fiets die je echt kon gebruiken, maar ook de eerste fiets waarmee je kon sturen.



### Van loopfiets naar trapfiets.

In de jaren 60 werd de loopfiets een trapfiets. Hij werd gemaakt door Ernest Michaux, een jonge Parijse stratenmaker. Met die fiets werd je veel moeite bespaard, want je hoefde niet meer te lopen, maar je kon trappen. Hij maakte de eerste fietsen van hout en later van ijzer. Dat noemde hij *vélocipède*.





- \* Vanaf welke leeftijd kon je fietsen? Wie leerde jou fietsen?
- \* Had je een eigen fiets of moest je die delen?
- \* Werd de fiets enkel gebruikt om te spelen of gebruikte je hem ook als vervoersmiddel (bv. om naar school te gaan) ?



- \* In de koffer vinden jullie een puzzel terug. Lukt het jullie om deze te maken?



- \* Met welk speelgoed speelde je binnen in huis? En welk speelgoed was er typisch voor buiten?



In de volgende box zitten 5 verschillende soorten groenten verstopt in de aarde. Vinden jullie terug welke?  
Doe gerust een paar handschoenen aan.



Mogen we jullie vriendelijk vragen om alles terug te steken zoals voordien?



- \* Had je zelf ook een moestuin ? Was dit een grote of een kleine tuin?
  - \* Vanaf welke leeftijd hielp je mee?
  - \* Wat kweek(te) je zoal in de tuin?
- \* Aan welke groenten is er het meeste/minste werk?
- \* Waar haalde je het water om de moestuin te besproeien?
- \* Had je soms een mislukte oogst of last van onkruid?
- \* Gebruikte je gif tegen bepaalde beestjes in de tuin bvb slakken?
- \* Welke mooie en minder mooie herinneringen heb jij zelf aan je eigen tuin en/of moestuin?

## 4. Speelgoed

Als kind, in gelijk welk jaar geboren, speel je maar al te graag met speelgoed. Iedere keer komen er weer nieuwe soorten speelgoed op de markt die leiden tot speelgoedrages. Het speelgoed van vroeger ziet er ook heel anders uit dan nu. Hier werpen wij een blik op speelgoed uit vroegere jaren, de tijd waarin onze bewoners opgroeiden.

Er staat hier heel wat materiaal of speelgoed waarmee je je vroeger bezighield tijdens vrijetijdsmomenten. Zijn er dingen die je herkent?



- \* Speelden jongens en meisjes met hetzelfde speelgoed? Zoniet, wat waren de verschillen?
- \* Met wat speelde jij het liefst als kind?
- \* Met wie speelde je vroeger veel? Was dit met je broers en/of zussen, de burens, ...?
- \* Wanneer kregen jullie nieuw speelgoed? Was dit met speciale gelegenheden zoals communie, sinterklaas, ...?



- \* Hoe ver kun je het blokje gooien op het hinkelspel?

### Wist je dat...

In de Romeinse tijd werden al hinkelbanen ontworpen om de soldaten te trainen, en vooral om het voetenwerk te oefenen. Op deze manier werden hinkelbanen bekend in bijna heel Europa. De kinderen imiteerden de Romeinse soldaten en creëerden zo scoresystemen.



- \* Zongen jullie een liedje tijdens het touwtje springen?



Beertje beertje, draai eens rond,  
beertje beertje, raak de grond  
beertje beertje, was je tandjes,  
beertje beertje, poets je tandjes,  
beertje beertje, handjes in je zij,  
beertje beertje, hoeveel jaar ben jij?  
Een, twee, drie, vier, vijf,.....