

't Meunyckje



Juli 2026



4

Activiteiten

Deze maand



23

Terugblik



Menu

18

Voorwoord	3
Activiteiten	4
Bewonersweetjes	11
Jarigen	11
Welkom	13
Afscheid	14
Leuke weetjes	15
Personeel	15
Vrijwilligers	17
Menu	18
Terugblik	23
Wist je dat	28
Spelpagina's	31
In de Koekeloere	33
Infoblad	35

Voorwoord

Beste bewoners, families, medewerkers, vrijwilligers en vrienden van Meunyckenhof,

De zomer kondigt zich deze keer luid aan. We hebben de afgelopen periode al serieus de zon en warmte gevoeld en dit bij nog maar de start van de zomer.

En soms zit ze in kleine dingen: een open raam waardoor de geur van bloemen naar binnen waait, het vertrouwde geluid van stemmen op de achtergrond, een kop koffie die nét iets langer mag duren, of een ontmoeting die onverwacht uitmondt in een mooi gesprek. De zomer nodigt ons uit om niet alleen meer te doen, maar misschien vooral om meer op te merken en tijd te nemen.

In een huis waar mensen samenleven, zijn het vaak die kleine momenten die kleur geven aan een dag. Een glimlach, een gedeelde herinnering, een spontaan liedje, een bezoek van familie, of gewoon het plezier om samen te genieten van wat de dag brengt. Het zijn stuk voor stuk eenvoudige momenten, maar vaak net diegene die het langst blijven nazinderen.

Deze zomer krijgt bovendien een bijzonder feestelijk accent. Met veel enthousiasme kijken we uit naar de jubileumeditie van het Meunyckenhof Leeft Festival. Wat ooit begon als een initiatief om mensen samen te brengen, is uitgegroeid tot een traditie die bewoners, families, medewerkers, vrijwilligers en vele anderen met elkaar verbindt. Het wordt ongetwijfeld opnieuw een dag vol ontmoeting, muziek, warmte en mooie herinneringen.

Ook dichterbij huis valt er veel te ontdekken. Onze binnentuinen zijn intussen uitgegroeid tot echte plekjes van rust en ontmoeting. Vooral tijdens de vroege ochtend, wanneer de dag nog rustig ontwaakt, of tijdens de zachte zomeravonden, hebben deze plaatsen iets bijzonders. Ze nodigen uit om even stil te staan, samen te genieten of gewoon in alle eenvoud aanwezig te zijn. Een aanrader voor bewoners, families én medewerkers, want ook daar ontstaan vaak de mooiste gesprekken en de meest onverwachte ontmoetingen.

Misschien is dat wel wat de zomer ons elk jaar opnieuw leert. Dat geluk niet altijd schuilt in grootse plannen of verre bestemmingen, maar vaak in nabijheid. In tijd maken voor elkaar. In aandacht hebben voor de kleine dingen. En in het besef dat een huis pas echt een thuis wordt door de mensen die er samen leven, werken en elkaar dagelijks ontmoeten.

Namens iedereen van Meunyckenhof wensen wij u een heerlijke zomer toe. Een zomer vol kleine gelukjes, mooie ontmoetingen en momenten die het waard zijn om te koesteren.

Veel leesplezier met deze editie van ons bewonerskrantje!

Stephanie Deprez
Algemeen Directeur





Activiteiten voormiddag

Kaartersclub

Om 10u is iedereen welkom in de cafetaria voor de kaarting.



maandag 6 juli
maandag 13 juli
maandag 20 juli
maandag 27 juli

Beweging

Gymnastiek

woensdag 1 juli
woensdag 15 juli

van 10 tot 11 uur in de cafetaria.



Woord- en communiediensten

Deze vinden plaats op vrijdag om 10u30 in de stille ruimte.



3 juli: Horizon en Klokkezicht
10 juli: Avondzon en Zomertuin
17 juli: Horizon en Klokkezicht
24 juli: Zomertuin en Avondzon
31 juli: Horizon en Klokkezicht

Huiskoor

Donderdag 16 juli

Om 10u30 in de stille ruimte.

Yoga

Telkens van 10 tot 11 uur in de stille ruimte

woensdag 8 juli
woensdag 22 juli



Jubileum

MEUNYCKENHOF LEEFT

VRIJDAG

21

AUGUSTUS

2026



TENT KERKPLEIN



MIDDAGMAAL: 11U30



**MAALTIJD:
€20 PER PERSOON**



**WARME BEENHAM MET
KOUDE BUFFET
KOFFIE MET DESSERT**

Frank Valentine



OPTREDEN: 14U15



Inschrijven voor de maaltijd bij Elke aan het onthaal ten laatste tegen 6 augustus.

Voor het optreden dien je niet in te schrijven.

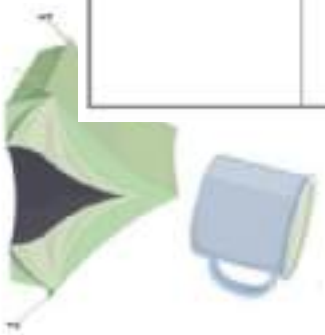
Kinderaanwzig



Activiteiten Avondzon | dienst 1

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIDAG	ZATERDAG	ZONDAG
		1 *	2 11:00 - 14:00 BBQ	3 14:00 - 16:00 oldtimers	4	5
6 *	7 *	8 13:00 - 17:00 Uitstap zee	9 13:00 - 17:00 Uitstap zee	10 13:00 - 17:00 Uitstap zee	11	12
13 *	14 14:00 - 16:00 Verjaardagsfeest	15 15:00 - 16:00 mijmerdoos koers	16 14:30 - 15:30 mobiele winkel	17 *	18	19
20 15:00 - 16:00 Crea	21 Nationale Feestdag	22 *	23 *	24 15:00 - 16:00 belevings- namiddag	25	26
27 *	28 *	29 14:00 - 16:00 ijskar	30 14:15 - 16:30 Wandeling	31 *		

* Activiteit van de dag





Activiteiten horizon | dienst 2

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
		1 *	2 11:00 - 14:00 BBQ	3 14:00 - 16:00 Oldtimers	4	5
6 *	7 15:00 - 16:00 belevings- namiddag	8 13:00 - 17:00 Uitstap zee	9 13:00 - 17:00 Uitstap zee	10 13:00 - 17:00 Uitstap zee	11	12
13 *	14 14:00 - 16:00 Verjaardagsfeest	15 *	16 15:00 -16:00 mijmerdoos koers	17 *	18	19
20 *	21 Nationale Feestdag	22 14:15 - 16:30 wandeling met Picknick	23 *	24 *	25	26
27 14:30 - 15:30 hond Nelle op bezoek	28 *	29 14:00 - 16:00 ijskar	30 *	31 *		

* Activiteit van de dag

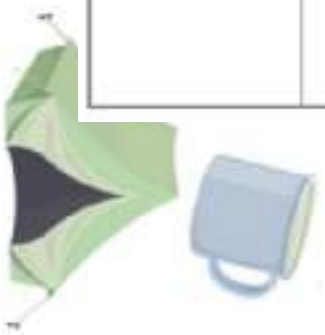




Activiteiten Zomertuin | dienst 3

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIDAG	ZATERDAG	ZONDAG
		1 *	2 *	3 14:00 - 16:00 Oldtimers	4	5
6 15:00 - 16:00 Belevings namiddag	7 15:00 - 16:00 Mijmerdoos koers	8 13:00 - 17:00 Uitstap zee	9 13:00 - 17:00 Uitstap zee	10 13:00 - 17:00 Uitstap zee	11	12
13 *	14 14:00 - 16:00 Verjaardagsfeest	15 *	16 *	17 14:15 - 16:30 Wandeling	18	19
20 *	21 Nationale Feestdag	22 *	23 14:30 - 15:30 Demi - clowns	24 *	25	26
27 *	28 14:00 - 16:00 Ijskar	29 *	30 *	31 *		

* Activiteit van de dag





Activiteiten Klokkezicht | dienst 4

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
		1 *	2 *	3 14:00 - 16:00 Oldtimers	4	5
6 15:00 - 16:00 Crea	7 14:30 - 15:30 Mobiële winkel	8 13:00 - 17:00 Uitstap zee	9 13:00 - 17:00 Uitstap zee	10 13:00 - 17:00 Uitstap zee	11	12
13 14:15 - 16:30 Wandeling met picknick	14 14:00 - 16:00 Verjaardagsfeest	15 *	16 *	17 15:00 - 16:00 Mijmerdoos koers	18	19
20 15:00 : 16:00 Belevings- namiddag	21 Nationale Feestdag	22 *	23 *	24 *	25	26
27 *	28 14:00 - 16:00 Ijskar	29 *	30 *	31 15:00 - 16:00 Mijmerdoos zee		

* Activiteit van de dag



Pastoraal

Woord- en communiedienst

Vrijdag 3 juli	Woord- en communie	Horizon & Klokkezicht <i>Stille ruimte</i>
Vrijdag 10 juli	Woord- en communie	Avondzon & Zomertuin <i>Stille ruimte</i>
Vrijdag 17 juli	Woord- en communie	Horizon & Klokkezicht <i>Stille ruimte</i>
Vrijdag 24 juli	Woord- en communie	Avondzon & Zomertuin <i>Stille ruimte</i>
Vrijdag 31 juli	Woord- en communie	Horizon & Klokkezicht <i>Stille ruimte</i>

25 juli - Feest van Jakobus de Meerdere

Thema: "Het leven als pelgrimstocht"

Jakobus de Meerdere is de patroonheilige van pelgrims. Zijn feestdag biedt een mooie gelegenheid om stil te staan bij de levensweg die bewoners hebben afgelegd.

Korte bezinning:

Een pelgrim is iemand die onderweg is. Ook ons leven is een tocht geweest: met vreugde en verdriet, ontmoetingen en afscheid, dromen en teleurstellingen. Wanneer we terugkijken, zien we misschien niet alleen de weg die wij hebben afgelegd, maar ook de mensen die met ons zijn meegewandeld. En misschien mogen we geloven dat God al die tijd met ons meeinging.

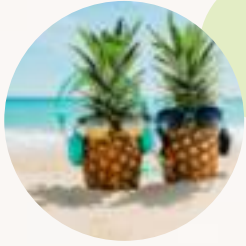




Bewonersweetjes

JARIGEN

Avondzon



85

Mevr. Claeys Maria
Louisa
24/07/1941

Horizon



88

Dhr. Robert
Vermeulen
01/07/1938

Zomertuin



92

Mevr. Simona
Dewilde
07/07/1934



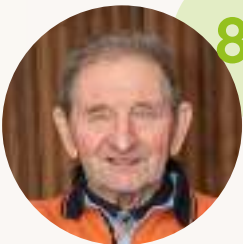
89

Mevr. Suzanna Ver
Eecke
26/07/1937



83

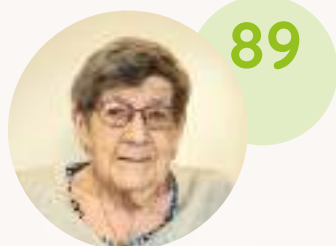
Mevr. Rosa
Scheldeman
27/07/1943



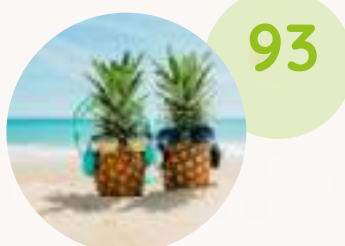
87

Dhr. Erik
Aspeslagh
31/07/1939

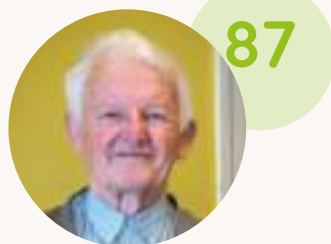
Klokkezicht



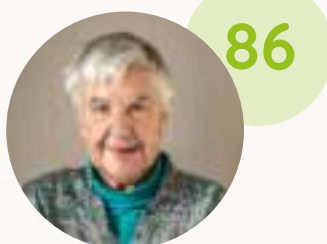
Mevr. Jacqueline
Lambert
02/07/1937



Mevr. Greta
Dewanckele
03/07/1933



Dhr. Raphael
Vanacker
06/07/1939



Mevr. Godelieve
Staelens
12/07/1940



Mevr. Lilianne
Carrette
31/07/1945

WELKOM



Mevr. Esther Dumolin verblijft sedert 26 mei op Horizon. Zij is afkomstig van Koekelare. Esther is een rasechte Koekelarenaere en luistert graag naar klassieke muziek. Haar lievelingsgerecht is biefstuk friet, ze babbelt graag en is heel goedlachs.

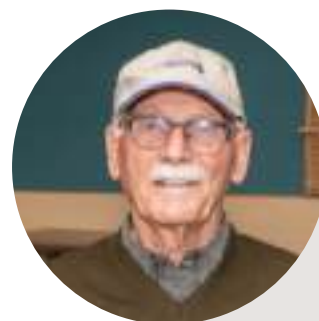
Mevr. Veronique Note verblijft sedert 12 juni op Avondzon. Zij is afkomstig van Koekelare. Veronique houdt heel veel van frietjes met mayonaise en ze kan erg genieten van een relaxerend bad en een voetmassage.



Van harte Welkom!

Afscheid

Dhr. Leopold Verhoyen, geboren op 11 juni 1940 en op 31 mei 2026 overleden. Hij woonde in Zomertuin en werd 85 jaar.



Mevr. Helena Dupon, geboren op 10 september 1930 en op 6 juni 2026 overleden. Zij woonde in Avondzon en werd 95 jaar.



Mevr. Georgette Riviere, geboren op 5 februari 1939 en op 21 juni 2026 overleden. Zij woonde in Horizon en werd 87 jaar.



Dhr. Roger Willems, geboren op 27 november 1936 en op 22 juni 2026 overleden. Hij woonde in Klokkezicht en werd 89 jaar.



Veel sterkte aan de nabestaanden



Leuke weetjes

PERSONEEL

Jarigen

Sabrina Delanghe	11/07
Marleen Proot	12/07
Annelies Vanroose	13/07
Celine Van Den Driessche	14/07
Sabine Caset	15/07
Toon D'Hondt	19/07
Angie Robbelein	23/07
Nathalie Vanbelle	24/07
Evelien Verduyn	24/07
Laura Flore	28/07
Elie Cloots	29/07
Steffi Vancraeynest	29/07
Lien De Marez	30/07
Joeri Demeulenaere	30/07

Gelukkige verjaardag!

WERKGROEP WELZIJN

Onze tweede welzijnsactie stond volledig in het teken van beweging. Onder begeleiding van onze beweegcoach Lander kregen alle medewerkers de kans om deel te nemen aan een korte maar krachtige beweegsessie van 15 minuten.

Met een reeks spierversterkende oefeningen werden we uitgenodigd om even bewust tijd te maken voor beweging.

Niet alleen goed voor onze spieren en houding, maar ook een fijne energieboost tijdens de werkdag!

Dankjewel aan Lander voor de enthousiaste begeleiding en aan alle collega's die hebben deelgenomen. Samen zetten we opnieuw een mooie stap richting meer welzijn op de werkvloer.





STAANDE OEFENINGEN OP DE WERKVLOER

Kleine bewegingen, groot verschil!

 15-30 seconden per oefening

1. MOBILITEIT – MAAK JE LICHAAM SOEPELER

<p>CHEST OPENER STRETCH</p>  <p>20 seconden</p>	<p>SHOULDER ROLLS</p>  <p>10 keer voor- & achterwaarts</p>	<p>STANDING CAT COW</p>  <p>8-10 herhalingen</p>
<p>CHIN TUCK</p>  <p>10 seconden voorhoofd Herhaal 3 keer</p>	<p>SCREWDRIVER</p>  <p>8-10 herhalingen</p>	<p>STANDING BUTTERFLY ARMS</p>  <p>8-10 herhalingen</p>

2. COOLING DOWN – ONTSPAN & ADEM IN

<p>SHOULDER ROLLS</p>  <p>10 keer voor- & achterwaarts</p>	<p>DEEP BREATHING</p>  <p>3 diepe ademhalingen</p>	<p>SIDE BEND</p>  <p>15-20 seconden per kant</p>	<p>SHAKE OUT</p>  <p>20-30 seconden</p>	<p>POSTURE RESET</p>  <p>20-30 seconden</p>
--	---	--	---	---



KLEINE PAUZE, GROOT EFFECT!
Door regelmatig even te bewegen, zorg je voor meer energie, minder klachten en een betere werkhouding

Vrijwilligers

Jarigen

Brigitte Jennes	10/07
Els Sioen	10/07
Conny Hemeryck	10/07
Gabriël Strubbe	14/07
Rik Masson	29/07
Dries Vanoeteren	31/07

Gelukkige verjaardag!

VRIJWILLIGER IN DE KIJKER

Viviane staat altijd klaar om te helpen tijdens een wandeling, uitstap of binnenshuise activiteiten.





Menu **29/06 - 05/07**

Maandag 29 juni

Champignonsoep | Ardeense steak in dragonsaus met witloofsalade en krieltjes
Fruit
Avondmaal: Tonijnsalade

Dinsdag 30 juni

Groentensoep | Macaroni met ham en kaas of BBQ
Ijsje
Avondmaal: Préparé

Woensdag 1 juli

Kervelsoep | Kippengyros met salade en frietjes
Vanilledessert
Avondmaal: Mosterdspek

Donderdag 2 juli

Groentensoep | Macaroni met ham en kaas of BBQ
Sorbet
Avondmaal: Kipfilet honing-mosterd

Vrijdag 3 juli

Preisoep | Scampi's in currysous met brunoisegroentjes en tagliatelle
Chocolademousse
Avondmaal: Lunchworst en verse soep

Zaterdag 4 juli

Florentinesoep | Mosterdlapje in vleessaus met erwtjes en aardappelen
Fruityoghurt
Avondmaal: Salami

Zondag 5 juli

Vissoep | Bretoens gebrad in Provençaalse saus met broccoligratin | glaasje wijn
Koffie met aardbeientaartje
Avondmaal: Noordzeesalade met garnalen

01/07: Eierkoek
bij ontbijt

zondags ontbijt
Croissant

Menu **06/07 - 12/07**

Maandag 6 juli

Zoete aardappelsoep | Balletjes in romige jagerssaus met champignons en puree
Karamelpudding
Avondmaal: Vleesbrood en verse soep

Dinsdag 7 juli

Vergeeten groentensoep | Cordon bleu in mosterdsaus met witloof en gebakken krieltjes
Pistachepotje
Avondmaal: Ham-preisalade

Woensdag 8 juli

Brunoisesoep | Vol au vent met salade en frietjes
Vanillepudding met speculoos
Avondmaal: Bierkogel

Donderdag 9 juli

Slasoep met Boursin | Hamburger in vleessaus met bloemkool en aardappelen
Fruit
Avondmaal: Pastasalade met kip

Vrijdag 10 juli

Groentensoep | Gepocheerde zalm in Hollandaise saus met spinazie en puree
Chocoladeflan
Avondmaal: Eiersalade en verse soep

Zaterdag 11 juli

Kippensoep | Kalkoenlapje in pepersaus met wortelpuree
Rijstpap
Avondmaal: Italiaanse kip

Zondag 12 juli

Italiaanse courgettesoep | Kruidengebraad in dragonsaus met groentenboeket en pommes duchesses | glaasje wijn
Koffie met miserable
Avondmaal: Parijse worst

06/07: Banaan bij ontbijt

zondags ontbijt
Sandwich

Menu **13/07 - 19/07**

Maandag 13 juli

Champignonsoep | Kippenburger in rozemarijnsaus met boontjes en aardappelen
Vanilledessert met slagroom
Avondmaal: Filet de sax

Dinsdag 14 juli

Tomatensoep | Paprikaschnitzel in Boursinsaus met tomaatjes en puree
Fruityoghurt
Avondmaal: Kippenwit

Woensdag 15 juli

Aspergesoep | Ribbetjes in biersaus met salade en frietjes
Mango-abrikoospotje
Avondmaal: Vleessalade

Donderdag 16 juli

Broccolisoepp | Vogelnestje in tomatensaus met erwtjes en puree
Fruit
Avondmaal: Pastasalade met ham

Vrijdag 17 juli

Juliennesoep | Kabeljauw "au beurre" in garnalensaus met prei en krieltjes
Crème brulée
Avondmaal: Hespensorst

Zaterdag 18 juli

Thaise soep | Kip in zoetzure saus met rijst
Ijsje
Avondmaal: Heksenkaas

Zondag 19 juli

Kippensoep met croutons | Pavé mignon in bearnaisesaus met perzik en kroketjes | glaasje wijn
Koffie met progrès
Avondmaal: Préparé

13/07: Reep chocolade bij ontbijt

16/07: Sneetje kaas bij ontbijt

zondags ontbijt
Puddingkoek

Menu **20/07 - 26/07**

Maandag 20 juli

Groentesoep | Chipolata in vleessoep met wortel en erwtjes en aardappelen
Flan karamel
Avondmaal: Gerookte zalm

Dinsdag 21 juli

Minestrone soep | Vispannetje met brunoisegroentjes en puree | glaasje wijn
Koffie met boule de Berlin
Avondmaal: Noordzeesalade

Woensdag 22 juli

Brunoisesoep | Spaghetti bolognaise
Pralinépotje
Avondmaal: Kalkoenhamsalade

Donderdag 23 juli

Kervelsoep | Beenham in champignonsaus met zomers slaatje en frietjes met mayonaise
Ijsje
Avondmaal: Goldworst en verse soep

Vrijdag 24 juli

Oosterse wortelsoep | Gepocheerde tongrolletjes in kreeftensaus met macedoinegroentjes en krieltjes
Fruit
Avondmaal: Witte pens

Zaterdag 25 juli

Italiaanse tomatensoep | Ham en prei in witte saus met puree
Vanilledessert met slagroom
Avondmaal: Champignonworst

Zondag 26 juli

Aspergesoep met peterselie | Kalkoenrollade "Philadelphia" met Parijse wortel en aardappelnootjes | glaasje wijn
Koffie met zomercoupe
Avondmaal: Rosbief

22/07: Eitjesbak op Avondzon

23/07: Eitjesbak op Zomertuin

zondags ontbijt
Frangipannekoek

Menu **27/07 - 02/08**

Maandag 27 juli

Bloemkoolsoep | Kaashamburger in vleessaus met boontjes en aardappelen
Fruityoghurt
Avondmaal: Lookworst en verse soep

Dinsdag 28 juli

Groentensoep | Macaroni met kaas en ham
Chocolademousse
Avondmaal: Salami

Woensdag 29 juli

Juliennesoep | Coq au vin met champignons, witloof en kroketjes
Sorbet
Avondmaal: Mosterdspek

Donderdag 30 juli

Thaise soep | Ardeens lapje in Blackwellsaus met bloemkoolpuree
Chocoladedessert met slagroom
Avondmaal: Rolmops

Vrijdag 31 juli

Florentinesoep | Scampi's in currysous met brunoisegroentjes en tagliatelle
Fruit
Avondmaal: Perzik met tonijn

Zaterdag 1 augustus

Courgettesoep | Kippenlapje in Provencaalse saus met witloofsalade en puree
Duodessert
Avondmaal: Pitasalade

Zondag 2 augustus

Zoete aardappelsoep | Zomergebraad in bearnaisesaus met asperges en aardappelnootjes | glaasje wijn
Koffie met bavarois van aardbei
Avondmaal: Kalfsworst

29/07: Eitjesbak op Horizon

30/07: Eitjesbak op Klokkezicht

zondags ontbijt
Torsadokoek



Terugblik

Confituur maken



Barbiernamiddag



Vissen voor Vaderdag



Daguitstap Damme







Wist je dat?

Tour de France



De Tour de France, bij ons De Ronde van Frankrijk genoemd, is de beroemdste wielervedstrijd aller tijde. Het is een meerdaagse koers voor professionele renners die jaarlijks wordt gereden in de maand juli. De Ronde duurt ongeveer drie weken en bestaat uit 21 etappes waar meer dan 3000km afgelegd wordt. We starten met de vlakke etappes die meer voor sprinters zijn, dan hebben we onze bergetappes waar de klimmers het verschil maken, de tijddritten waar de snelste tijd wint en als laatste zijn er de heuvelletappes die vaak ook aantrekkelijk zijn voor sprinters. De 'geletruidrager' is de leider van het klassement, de groene trui is voor de beste sprinter, de bolletjestrui is de beste klimmer en de witte trui is voor de beste jonge renner. Wielrennen draait vooral om strategie en samenwerking. De Ronde is een hele zware tour want de renners fietsen bijna dagelijks meer dan 200km per rit in de hitte, de regen en de bergen. De eindstreep ligt op de Champs Elysees. In juli kan de tour gevolgd worden door heel veel mensen want die wordt uitgezonden op TV.

Bikini



In 1946 werd in Parijs een nieuw soort badkledij geïntroduceerd door de Franse ingenieur Louis Réard. Hij kreeg heel veel tegenkanting in het begin want voor velen was dit teveel bloot. Toch begon de bikini goed te verkopen doordat filmsterren zoals Brigitte Bardot en Ursula Andress gezien werden in bikini. Later droegen ook atleten zoals beachvolleyballers en bodybuilders de bikini. Deze is ondertussen al geëvolueerd in vele variaties. Enkele voorbeelden hiervan zijn de bandeau, microkini, tankini,... De dag van vandaag is de bikini of "De Bijkaniet" niet meer weg te denken.



Tien om te zien

Waar veel mensen naar uitkijken is de terugkeer van de Vlaamse muziekshow "**Tien om te zien**". Het gekende presentator-duo: Anne De Baetseleer en Willy Sommers wordt ondertussen al geassisteerd door de jongere garde, dat zijn Laura Tesoro en Aaron Blommaert. Zowel binnen als buitenlandse artiesten komen hun muziek brengen. Dit jaar gaat de show door in Middelkerke aan het Silt op 15 en 16 juli. Dagelijks vinden daar twee opnames plaats; één om 18u en één om 21uur. Later worden deze opnames dan uitgezonden op TV, namelijk op de zender **VTM**. Vroeger waren er 47 afleveringen die ondertussen al ingekrimpt zijn naar 7 afleveringen. Er wordt ook een nieuw programma uitgezonden dat heet "Tien om te zien de zomer van de jaren 90".

Grote vakantie

De grote vakantie is gestart, 2 maanden vakantie voor velen en voor anderen iets minder lang.

Een tijd van zonnestralen, mooie herinneringen en gezellige leuke tijden samen.

Ook bij ons maken we er een warme en fijne vakantie van, met leuke activiteiten, ontspanning en veel plezier.

Wij wensen iedereen een prachtige zomer toe gevuld met geluk, gezondheid, mooie ontmoetingen en reisjes.

Geniet van elke dag en van alle kleine dingen.

Fijne grote vakantie!



TOUR
de
France[™]

Etappes 2026

4/7 Barcelona-Barcelona	19 km TTT
5/7 Tarragona-Barcelona	182 km heuvels
6/7 Granollers-Les Angles	196 km bergen
7/7 Carcassonne-Foix	182 km heuvels
8/7 Lannemezan-Pau	158 km vlak
9/7 Pau-Gavarnie-Cèdre	186 km bergen
10/7 Hagetmau-Bordeaux	175 km vlak
11/7 Périgueux-Bergerac	182 km vlak
12/7 Malemort-Ussel	185 km heuvels
13/7 Rustdag	
14/7 Aurillac-Le Lioran	167 km heuvels
15/7 Vicky-Nevers	161 km vlak
16/7 Magny-Cours-Châlon-sur-Saône	181 km vlak
17/7 Dole-Belfort	205 km heuvels
18/7 Mulhouse-Le Markstein	155 km bergen
19/7 Champagnole-Plateau de Solaison	184 km bergen
20/7 Rustdag	
21/7 Evian-les-Bains-Thonon-les-Bains	26 km TTT
22/7 Chambéry-Voirion	175 km vlak
23/7 Voirion-Orcières-Merlette	185 km bergen
24/7 Gap-Alpe d'Huez	128 km bergen
25/7 Bourg d'Oisans-Alpe d'Huez	171 km bergen
26/7 Thoiry-Parijs	130 km vlak



Spelpagina

Ken jij de Tour de France?

Bij elk juist antwoord hoort een letter. Omcirkel de letter van elk juist antwoord, in volgorde van vraag 1 tot en met 8. Samen vormen deze letters een woord van 8 letters.

1. Wanneer wordt de Tour de France meestal gereden?

- R) In de herfst
- F) In de zomer
- M) In de lente

2. Welke kleur heeft de trui van de leider in de Tour de France?

- A) Groen
- I) Geel
- O) Blauw

3. Wat betekent de groene trui in de Tour?

- K) Beste klimmer
- E) Beste sprinter
- L) Beste ploeg

4. Hoe noem je een deel van de Tour dat op één dag wordt gereden?

- B) Ronde
- T) Etappe
- N) Klassieker

5. Hoeveel etappes zijn er ongeveer in de Tour?

- G) 5
- S) 21
- R) 50

6. Waar eindigt de Tour de France meestal?

- M) Lyon
- P) Parijs
- K) Marseille

7. Wat betekent het als een renner demarreert?

- O) Hij stopt met fietsen
- A) Hij versnelt plots en rijdt weg
- R) Hij rust even

8. Wat is het peloton in een wielervedstrijd?

- L) Eén renner voorop
- D) De grote groep renners samen
- T) De finishlijn

Raadseltje:

- Jan rijdt voorop
- Piet zit in het peloton
- Marc demarreert en rijdt Jan voorbij

Wie rijdt nu voorop?



Alles wat je moet weten over de BBQ

Barbecueën lijkt vandaag heel gewoon, maar het bestaat al veel langer dan je zou denken. Het woord "barbecue" komt waarschijnlijk van het Caribische woord barbacoa, een houten rooster waarop vlees boven een vuur werd gegaard. Dat principe gebruiken we vandaag nog altijd.

In België en Nederland werd de barbecue vooral populair vanaf de jaren 60 en 70. Mensen kregen meer vrije tijd en tuinen werden een echte plek om samen te komen. De eerste barbecues waren vaak eenvoudig: een metalen rooster, houtskool en een paar stukken vlees. Toch hoorde het er meteen bij: de geur van vuur, het wachten tot de kolen goed warm waren en het gezellige samenzijn.

Wist je dat houtskool tot wel 600 graden kan worden? Daarom is het belangrijk om niet te dicht bij het vuur te staan. Veel mensen herinneren zich ook dat er vroeger minder keuze was: een worst, een kotelet of een stuk kip, en dat was het. Vandaag zie je veel meer variatie, zoals groenten, vis en zelfs fruit op de grill.

Bij een echte barbecue mag je vlees eigenlijk **niet boven open vlammen bakken, maar boven gloeiende kolen**. Als er vlammen zijn, is het vuur nog te fel en kan het vlees sneller verbranden aan de buitenkant terwijl het binnenin nog niet gaar is.

Daarom zie je ervaren "grillers" vaak even wachten tot de houtskool witgrijs wordt, dat is het perfecte moment om te beginnen.

Wist je dat...?

Te vaak draaien het vlees minder sappig maakt?
Marinade pas op het einde helpt tegen verbranden?





In de Koekeloere



BIER VAN DE MAAND

Kasteelbier Tropical

EEN FRIS SPECIAALBIER MET EEN LEVENDIGE
GELE KLEUR DAT JE NEUS VULT MET DE
TROPISCHE GEUR VAN PASSIEVRUCHT.

7 %

OOK TE VERKRIJGEN IN
0,0 %



Weetjes



Iedereen is dagelijks van harte welkom in onze
cafetaria 'De Koekeloere' van 14 uur tot 17 uur.

Op vrijdag 10 juli kan je genieten van lekkere, verse
pannenkoeken voor de prijs van €3.
Pannenkoeken zijn te verkrijgen tussen 14u en
16u30.

The background of the poster is white with a light grey dotted pattern. It is decorated with various colorful illustrations of fruits and leaves. In the top left, there are pink grapes, a green leaf, and a slice of orange. In the top right, there is a yellow leaf, a pink fruit, and a slice of orange. On the left side, there is a pink strawberry, a yellow slice of citrus, and a green leaf. On the right side, there is a pink fruit, a bunch of yellow grapes, and a green leaf. At the bottom, there is a pink fruit, a yellow leaf, a green fruit, and a slice of orange.

COUPE VERS FRUIT

**WEEK VAN 20 JULI
TOT EN MET 26 JULI**

IN DE KOEKELOERE

€4

EXTRAATJE IN CAFETARIA



Infoblad

Suggesties

Heb je een leuk idee, een suggestie, een opmerking of klacht i.v.m. het Meunyckenhof?

Laat het ons dan gerust weten.

Je kan steeds terecht bij het onthaal of per mail op administratie@meunyckenhof.be

Wil je ons laten weten hoe je het krantje vindt of je wenst nog andere rubrieken in het krantje?

Laat het ons weten op animatie@meunyckenhof.be





 wzc Meunyckenhof
Meunyckenplein 2
8680 Koekelare

 051 58 21 68

 administratie@meunyckenhof.be